ప్రకృతి

సచిత్ర సహజ వైద్య మాస పత్రిక

ఏప్రియల్
1943

సంవత్సర చందా
రు 3-0-0
బెజవాడ

విషయసూచిక



సుఖసంసారము	...	97
మీకు వైద్యసలహా కావలెనా ?	...	101
ఆహారానికి సంబంధించిన వివరములు	...	104
ప్రకృతి వైద్యము	...	105
ఎనిమా	...	107
పాలు - అంతర్వ్యాధులు	...	111
పెనిమిటా - పిశాచమా ?	...	113
11 వ ప్రకృతి వైద్య శిక్షాశిబిరము	...	121
కనీనికా నిదానము	...	122
విజయానికి మీ తోడ్పాటు	...	126

ప్రకృతి

సచిత్ర ప్రకృతివైద్య మాసపత్రిక
బెజవాడ.

ఈ ప్రస్తుత నాగరక [illegible] తాత్కాలిక కామ్య సుఖముల [illegible] అనుభవించుచున్నాడు. మానవుడు ఈ ప్రకారముగ కొనసాగి స్థిరమైన సౌఖ్యం [illegible] అనుభవించుచున్న శారీరక బాధలనుండి తప్పించుకొను సాధన లేదో, మందు - ఆపరేషను లేకుండ భూమిమీదనే స్వర్గమును అనుభవించుట ఎట్లో, ఈ పత్రిక వివరించును. మందులు, ఇంజక్షనులు అవసరము లేకుండా అతిమూత్రము, క్షయ, కుష్ఠు, రాచపుండు మొదలగు అసాధ్యవ్యాధులను కూడా గాలి, సూర్యకిరణములు, జలము, ఉపవాసము, ఫలహారము, ఆసనయమనము, బ్రహ్మచర్యము, [illegible] వ్యాయామము, మర్దన మొదలగు వానివలన నిర్మూలించు సులభమగు విధానములను తెలుపును.

సంవత్సర చందా రు 3-0-0 లు మాత్రమే.

అందరూ వైద్యులు కావాలి

ఎందుకు? ఒకరు రోగులు - ఇంకొకరు వైద్యులు అవటం మానవజాతికే లోపం - అందరూ వైద్యులు కావాలి - రోగాలు పోవాలి - ప్రకృతిధర్మం వ్యాప్తికావాలి.

ఎట్లు? ప్రకృతి గృహవైద్యపాఠములు చదవండి

ఇందు వివిధ ప్రకృతి చికిత్సావిధానములను గురించి తెలుపు 24 పాఠములుకలవు. ప్రతిపాఠం చివర ప్రశ్నలు కలవు. ఒక పాఠం చదివి ప్రశ్నలకు జవాబు వ్రాస్తే ఆ జవాబులను దిద్ది పంపుదుము.

ఇంతకంటె మంచి సావకాశం దొరకదు

వెల రు 2-8-0; ప్రకృతి చందాదార్లకు రు 2-0-0. ప్రకృతి కార్యాలయట్రస్టు, బెజవాడ.

ప్రకృతి చికిత్సా గ్రంథములు (ప్రకృతి చందాదార్లకు చౌకధరలు)

సూర్యకిరణచికిత్సాగ్రంథములు

	వెల ఇతరులకు	వెల చందాదార్లకు
*సునిశిత వైద్యం	4 8 0	8 0
ప్రౌఢప్రభాకరం	2 0 0	8 0
వర్ణచికిత్స	0 6 0	4 0
వర్ణవైద్యమంజరి	0 6 0	4 0
వర్ణవైద్యము	0 5 0	4 0
సూర్యకిరణ చికిత్స	0 6 0	4 0

జలచికిత్సాగ్రంథములు

*తొట్టివైద్యము	3 0 0	8 0
లక్ష్మణజలచికిత్స	0 12 0	8 0
నైపీయ జలచికిత్స	0 12 0	8 0
తొట్టిస్నాననియమములు	0 6 0	4 0
ధారాచికిత్స	0 4 0	3 0
వేడినీటికాపు, ఉబ్బసపుచికిత్స	0 6 0	4 0
ఉషఃపానము	0 6 0	4 0

	వెల ఇతరులకు	వెల చందాదార్లకు
కూనేమహర్షి బోధ	0 2 0	0 1 0
జలచికిత్స	0 0 6	0 0 6

ఆహారశాస్త్రగ్రంథములు

నిర్విచారభావి జీవనము, కొబ్బరినిగూర్చి	1 8 0	1 0 0
ఆహారము 1. భాగము	0 12 0	0 8 0
డిటో 2. భాగము	0 4 0	0 3 0
పచ్చితిండివలని ప్రయోజనములు	0 12 0	0 8 0
తెల్లచక్కెరవలని విపత్తు	0 6 0	0 4 0
తేనీరు విషతుల్యము	0 6 0	0 4 0
జంబీర చికిత్స	0 3 0	0 2 0
సమరసాహారము, విరుద్ధాహారమిశ్రమం	0 2 0	0 1 0
ఆహారసమ్మేళనపు గోల	2 0	0 1 0
అల్యూమినియంపాత్రలు	2 0	0 1 0
భోజన విధానము	2 0	0 2 0
సజీవాహారము	1 0	0 1 0
ఆహారసంస్కారణము	4 0	0 3 0

చిరునామా: ప[illegible] కార్యాలయ ట్రస్టు, బెజవాడ.

సంవత్సర చందా రు 3-0-0

ప్రకృతి

సహజవైద్య సచిత్ర మాసపత్రిక

సంపుటము 25 — బెజవాడ — సంచిక 4

ఏప్రియలు 1943

సుఖ సంసారము

అంగిరసుడు

కొన్ని సామాన్య విషయములు

వెనుకటి ప్రకరణములలో యేది యెట్లు చెప్ప బడి యుండినను, సామాన్యముగా స్త్రీ పురుషులలో యెవరో ఒక్కరైనను మధ్యరకపు యంత్ర, వేగ, కాల స్వభావములు గలవా రున్న యెడల ఆ రతిని సుఖప్రదంగా చేసు కు నేందుకు అవసరమైనన్ని యెక్కువ యుక్తులు చెప్పబడినవి. యంత్రము మాత్రము మార్ప వీలులేనిది. వేగ, కాలములు మార్చుకొనుట, యింగితజ్ఞులు - రసజ్ఞులు నగు శాస్త్రజ్ఞులకు సాధ్యమైనది.

వృషజాతి పురుషుడు, మృగీ, బడబా, హస్తినీ జాతి స్త్రీలను యుక్తితో రంజింపగలడు. అశ్వ జాతి పురుషుడును అట్లే బడబా, హస్తినీజాతి స్త్రీలను విశేషము నేర్పులేకుండా కొద్ది యింగి తముతోనే రంజింపగలడు. మృగీజాతి స్త్రీని బాధ పెట్టకుండా రంజించుటకు ఇంగితము, యుక్తి, శాస్త్రము రావలెను. శశి జాతి పురుషుడు మృగీజాతి స్త్రీని సులభముగను బడబాజాతిస్త్రీని ప్రయత్నముతోను రంజిం చును. హస్తినీజాతిస్త్రీని రంజించుట మిక్కిలి దుర్ఘటము. శాస్త్రము ఇంగితము, యుక్తి- యిన్నీ తోడు చేసుకున్నా కూడా అతడామెను రంజింపలేకనూ పోవచ్చును.

ఇక మృగీజాతిస్త్రీ తప్పితే బడబా హస్తినీజాతి స్త్రీలు, యేజాతి పురుషునైనను యుక్తితోను ఇంగితముతోను రంజింపగలరు. వారికి శాస్త్ర ము తెలిసి ఉంటే మంచిదేగాని తెలియకున్నా కూడా వారు కనిపెట్టి పురుషుని సుఖపెట్టు దురు. మృగీజాతి స్త్రీ మాత్రము యెట్లో శశ, వృషజాతి, పురుషులను సుఖపెట్టినా అశ్వ జాతి పురుషునితోడి సంప్రయోగమునందు ప్రాణమోసము లేకుండా తప్పించుకొనుటకు ఆమె శాస్త్రమును యెరిగియుండవలెను. ఇట్లే వేగకాలములలో కూడా స్త్రీ పురుషులలో ఒక్కరైనను మందవేగ మధ్యకాలము వారైన యెడల రతి సమరస పరచుకొనవచ్చును. దీనికి కూడా శాస్త్రాధ్యయనము అవసరమే అగు చున్నది. అయితే శాస్త్రము చదువుకొని

కుటుంబములలో గూడా సుఖముంటున్నదే అనే ఆశంక రావచ్చును.

అదృష్టవశాత్తు స్త్రీపురుషులు సమ, యంత్ర, వేగ, కాలములవారు కావచ్చును. అందులో ఒక్కరైనను వృష బడబా, మందవేగ, మధ్య కాలము, వారు కావచ్చును. సహజపరిజ్ఞానము (Instinct) వారికి తోడు కావచ్చును. అంత మాత్రము చేత శాస్త్రము అనవసరము కాదు.

మొత్తము దాంపత్యములలోను నూటికి 20 భాగములు సమయంత్రమువారే తటస్థపడు చుందురు. నూటికి 70 భాగములు దంపతు లలో ఒక్కరైనను మధ్యమపరిమాణము గల యంత్రము గలవారు తటస్థపడుదురు. మిగిలిన 10 భాగాలలో గూడా 5 భాగములు అశ్వజాతిపురుషునకును మృగీజాతిస్త్రీకిని దాంప త్యము కుదురును. వారిలోగూడా యెంతో మంది యుక్తిని, ఇంగితమును తోడుచేసికొని దాంపత్యమును యెలాగో యీడ్చివేయగలరు. నేర్పులేని పురుషునితోడి పొత్తునందు కొందరు మరణింతురు. మిగిలినస్త్రీలు పురుషద్వేషిణులు అగుదురు. కొందరు యమయాతన ననుభ వించుచూ జీవింతురు.

శశజాతి పురుషునకు హస్తినీజాతి స్త్రీకి పొత్తు కుదిరినయెడల సాధారణముగా ఆ స్త్రీ వ్యభి చారముతోనే జీవించును. మగవాడు ఇంగి తజ్ఞుడై, స్త్రీ సౌశీల్యముగల కుటుంబములోని దైనయెడల హిస్టీరియా మొదలగు వ్యాధు లచే బాధపడుచూ జీవించును. శేషించిన కొద్దిమంది శాస్త్రాన్ని, యింగితాన్ని, యుక్తినీ తోడు చేసికొనిగూడా తాము స్వల్ప సౌఖ్య మునే పురుషునినుండి రాబట్టుకొందురు.

ఇట్లే వేగమును గురించి చెప్పవచ్చును. కాని శాస్త్రమెరిగినవారు దీనిని నేర్పుగా మార్చు కొనవీలైనది. యంత్రమువలె మార్పవీలు లేనిది కాదు. ఇంగితము, శాస్త్రము తోడులేని యెడల నూటికి నూరు దాంపత్యములు దుఃఖప్రదంగా చేసుకునేందుకున్నూ, వీలు న్నది. సమయంత్రము తోడుపడినా గూడా వేగ కాలసామరస్యములు అవలంబింపని ప్రతి దాంపత్యమూ దుఃఖప్రదమే అవుతుంది. శశ, హస్తినీ దాంపత్యమునందు తప్పితే మిగతా రతములన్నిటినీ శాస్త్రము, యింగి తము తోడుంటే సుఖప్రదము చేసికోవచ్చును. స్త్రీలను దాంపత్యమునకు యేరుకొనుటలో మేదోవృద్ధి గల వారి కన్న కండరములు గల వారు ప్రణయానికి అనుకూలముగా నుం దురు. ఎముకల ప్రోగులకన్న గూడా కండర పుష్టి గలవారే ప్రణయానికి అనుకూలముగా నుందురు. పురుషులకుగూడా యీ నియమమే వర్తిస్తుంది. సంప్రయోగమునందు లాఘ వము, బలము గలవారు హృదయరంజనము చేయగలిగి యుందురు.

పురుషులలో ఉన్నత దేహము గలవారును స్త్రీలలో పొట్టిదేహముగలవారున్నూ; పొట్టి పురుషులకన్నను, ఉన్నతమైన స్త్రీలకన్నను; ఎక్కువ సుఖప్రదులుగా నుందురు. పొట్టి స్త్రీలు సంప్రయోగ సౌఖ్యము నొసంగుట యందేగాక శిశుభరణమునందు, శిశుపాల నము నందును, గృహపాలనము నందును, ఒద్దికయందును ఉన్నతస్త్రీలకన్న యెక్కువ సామర్థ్యము గలిగి యుందురు. కనుక పురు షులను ఉన్నత దేహముగల వారిని, స్త్రీలను

సామాన్యమైన యెత్తుగల వారిని యెన్నుకొనుట మంచిది. మరుగుజ్జులు పనికిరారు.

ఇదివరకు యంత్రి సామరస్యానికి పేర్కొనిన బంధనములే గాకుండా సామాన్యముగా సమయంత్రముగల వారునూ, సమీపస్వభావము గల యంత్రములు గలవారునూ, చమత్కారమునకు అవలంబించే కొన్ని సామాన్య బంధనములు యీ ప్రకరణములో వివరింతును. జయమంగళుడు కూడా వ్యాఖ్యానము వ్రాస్తూ "ఆలింగనాద్యుపచారా జ్జాతరాగయోః, సంవేశన యోగ్యత్వాత్" అన్నాడు. అనగా 10 రకములైన ఆలింగనములు, యెనిమిది విధములైన చుంబనములు మొదలైన దోహదవిశేషములచే రాగము కలిగిన వారికి సంవేశనాధికారము కలుగుటచేత' అనియర్థము. రాగములేని వారికి సంవేశనాధికారము లేదని స్పష్టమేగదా.

ఇక చమత్కారము కొఱకు అనగా ఒకే రకము బంధనము విసుగు (Monotony) కలిగింపకుండుటకు యీ క్రింది రకముల బంధనము లవలంబింపబడుచున్నవి. వానిని యింగితజ్ఞుల కొఱకు సంగ్రహముగనే వివరింతును.

1. ఉత్తానకరణంబులు: 1 ప్రక్కపై వెల్లకిల చాచుకొని పరున్న స్త్రీ తొడలపై పురుషుడు పిరుదుల నానించియు; (2) ప్రక్కపై వెల్లకిల చాచుకొని పరున్న స్త్రీ పిరుదులను పురుషుడు తన తొడలపై నుంచుకొనియు రతినలిపిన నవి రెండును ఉత్తానకరణంబులగును.

2. స్థితకరణంబులు: (1) స్త్రీకూర్చున్నప్పుడు ఆమె పిరుదులను పురుషుడు తన తొడలపై నుంచియు, (2) కూర్చున్న స్త్రీ తొడలపై పురుషుడు తన పిరుదుల నానించి కూర్చుండియే రతి నలిపిన నవి (స్థిత అనగా కూర్చుండి) కరణములు (చేయునవి) అగును.

3. తిర్యక్కరణంబులు: (1) ప్రక్కపై పురుషుడు యెడమ చేతిమీదను, స్త్రీ కుడి చేతిమీదను అభిముఖముగా పరుండియు, ఇట్లే స్త్రీ యెడమ చేతిమీదను పురుషుడు కుడి చేతిమీదను పరుండియు చేయు రతులు తిర్యక్కరణంబులు.

4. ఉత్థితకరణంబులు: స్త్రీ స్తంభమునకు గాని, కుడ్యమునకుగాని ఆని నిలుచున్నప్పుడు, పురుషుడామెకు అభిముఖముగ నిలిచి చేయురతికి ఉత్థితకరణ మనిపేరు.

5. వ్యానకరణంబులు (1) స్త్రీ గోవువలె వంగి యున్నప్పుడు పురుషుడు ఆమె వెనుక నుండి చేయురతికిని (2) స్త్రీ మొగ్గ వ్రాలి యున్నప్పుడు ఆమెకు అభిముఖముగా నుండి చేయురతికిని వ్యానకరణంబు లనిపేరు.

ఈ పైన పేర్కొనిన 9 విధము లగు బంధములే గాక పురుషుడు రతిశ్రాంతుడైనప్పుడు అలపుతీర్చుకొనుటకు గాని, పురుషుని విసృష్టిని ఆలస్యము చేయుటకు గాని మంచముపై వెల్లకిలపడున్న పురుషుని పైనుండి స్త్రీ చేయు రతికి విపరీత ఉత్తానక మనిపేరు. ఇట్లే స్థితకరణంబులు రెండును ఉత్థితకరణము ఒకటియు, వెరసి నాలుగు స్త్రీ చేయు విపరీతకరణంబులు. ఇవిగాక తిర్యక్కరణంబుల రెంటియందును ప్రత్యేక సంవేశనము(బంధనము)లతో నిమిత్తము లేకయే స్త్రీ విపరీతకరణి నవలంబింపవచ్చును. ఇవి మొత్తము పదహేను విధములు. మనసు కలసిన స్త్రీ పురుషులు వీని నవలంబించుచునే

యున్నారు. ఇందు స్త్రీ చేయునట్టి విపరీత కరణంబు లారును, పురుషుడు చేయు వ్యాన కరణంబులు రెండును పెరసి యెనిమిది విధము లగు బంధములును గర్భిణీ స్త్రీలకును గర్భాశయచ్యుతి యోనిభంగము గల స్త్రీ లకు పనికిరావు. రజస్వల, గర్భిణి, బాలెంత, స్థూలదేహాలు పురుషాయితమునకు పనికి రారు.

శ్లో॥ న త్వేవర్తా, న ప్రసూతాం
న మృగీం నచ గర్భిణీం
నాయత వ్యాయతాం నారీం
యోజయేత్ పురుషాయితే.

అన్నారు.

వ్యానకరణంబులలో మొదటిదానియందు విపరీత ధ్వని కలుగుట వలనను, రెండవది మిక్కిలి శ్రమసాధ్యమైన దగుటవలనను మాను టయే మంచిది.

తిర్యక్కరణములందు పురుషుడు స్త్రీకి అభిముఖ ముగా నుండక ఆమె యే చేతిమీద పరు న్నదో, తానును ఆచేతిమీదనే పరుండి ఆమె వెనుకనుంచి చేయు రతి సుఖప్రదముగా నుండును. ఇట్టివి వృషజాతి పురుషుడు మృగీ జాతి స్త్రీతోను, అశ్వజాతి పురుషుడు బడ బా మృగీజాతి స్త్రీలతోను చేయ ననుకూల ముగా నుండును. సంతానము అక్కరలేదను కొనువారు యిట్టి బంధనము లవలంబింప వచ్చును. ఇట్టిరతియందు వీర్యము గర్భాశయ ముఖమువరకు చేరక యోనియందే పడి గర్భ ధారణకు అనుకూలముగాక యుండును.

విపరీతమగు ఉత్తానకరణంబులు రెంటియం దును గూడ గర్భధారణ కాదగిన అనుకూ ల్యము (Chances) తక్కువగనే యున్నది. స్థితకరణంబులు రెంటియందును, విపరీతస్థిత కరణంబులు రెంటియందునుగూడ గర్భధారణకు అనుకూల్యము తక్కువగనే యున్నది. ఉత్థిత కరణంబులందు గర్భధారణము కావచ్చును, కాకనూ పోవచ్చును.

రతి ప్రవృత్తము కాగా యీ విషయము లన్నియు యెవరు మనస్సులో నుంచు కొందురు! అయినను శాస్త్రీయమైన విషయ మగుట వలన యింత మాత్రము వ్రాయ బడినది.

సుఖసమాప్తి నొందిన, అనగా భార్యాభర్తల కిద్దఱకును భావప్రాప్తిగలిగిన సంప్రయోగము తరువాత చేయవలసిన దేమైనను గలదా యను ఆశంక సహజముగనే గలుగును. లాలన చుంబనాదులతో గాక సంప్రయోగముతోనే మిథునకాండ ఆరంభించువా డెట్టి మూర్ఖుడో, సంప్రయోగానంతరము మాటా పలుకూ లేకుండా యెడముఖముగా పరుండు మూర్ఖ డునూ అట్టివాడే అయియున్నాడు.

పురుషునకు అందఱు అనుకొను చున్నట్లు విసృష్టి అయినంతనే ధ్వజభంగము కాదు. ఇం కను కొంతకాలము బిరుసుదనము నిలిచి యుండును. అప్పటికి స్త్రీకి భావప్రాప్తి కలిగి నప్పటికిని యింకను కొంతకాలము యంత్ర యోగమును కోరుచునే యుండును. అదీగాక విసృష్టి అయినప్పటికి, పురుషావయవము స్త్రీ వరాంగమున కొన్ని నిమిషము లుంచుటవలన యింకొక ప్రయోజనమున్నా కలదు. స్త్రీ వరాంగమున ఊరిన జీవద్రవములను పురు షావయవమూత్ర రంధ్రముద్వారానే గాక, పోకయొక్క త్వచనుండిగూడ లోనికి పీల్చు

కొనును. ఇందువలనకూడ పురుషునకు బలము కలుగును. ఒక విధముగా స్త్రీ దేహమునుండి ఊరిన జీవద్రవములు (harmones) పురుషునకు వాజీకరణ ద్రవ్యముగా పనిచేయును. అందువలన చిరకాలమువరకును ముదిమిరాకుండ నుండుటయే గాక జననేంద్రియములందు జిగివియును పాటవమును నిలిచియుండును. తర్వాత సుఖోష్ణముగల నీటితోగాని, చన్నీటితోగాని ఎవరి జననేంద్రియము వారు వేరువేరు ప్రదేశములందు క్షాళనము చేసుకొనవలెను. ఇందువలన శుచిగా నుండుటయు, వస్త్రములు చెడకుండుటయునే గాక చన్నీటివలన జననేంద్రియములు (tone) బలపడును. వేరువేరు చోట్లలందు అనుటవలన జుగుప్స కలుగకుండుటకు అని అర్థము చేసికొనవలెను. తరువాత చన్నీటితో ముఖప్రక్షాళనము, గండూషము (పుక్కిలించి ఉమియుట) చేయవలెను. ఇందువలన ముఖముమీద చెమటపోవుటయేగాక సంప్రయోగకాలమునందు నోటివెంట వెడలిన శ్వాసవలన కలిగిన దుర్గంధమున్నా హరించును. దాహముగా నున్నచో కొంచెము మంచినీటిని గాని ఫలరసమునుగాని త్రాగుట మంచిది. మంచి తేనైనను చప్పరింపవచ్చును. ఇందువలనకూడ ధాతువులయందు శక్తి అలస్యము లేకుండ చేరుకొనును,

తరువాత భార్యాభర్తలు మృదు భాషణముల చేతను లాలన ఆలింగన చుంబనాదులచేతను తమకు కలిగిన ఆనందమును వెల్లడించు కొనుటకు వినియోగించుకొనవలెను. ఏమనగా సంప్రయోగము బిజినెస్ అనగాయేదో వర్తక వ్యాపారములవలె ముగింపవలసినదికాదు. ఇది మరియొక సంప్రయోగమునకు నాందిగా నేర్పడవలెను. చల్లగాలిలో విశ్రమించుటయు, వెన్నెలరాత్రులయందు వెన్నెలలోనికి పోవుటయు వాత్స్యాయనుడు పేర్కొనుచున్నాడు. మంచి కథలు చెప్పుకొనుటకు, హాస్యోక్తులు నర్మోక్తులు, మొదలగు వానికే కాలము వినియోగింపవలెను.

మీకు వైద్యసలహా కావలెనా?

ఈ క్రింది విషయములకు జవాబు వ్రాయండి. ప్రశ్న నెంబరు వేసి జవాబు వ్రాస్తే చాలును, సలహాఫీజు ప్రకృతి చందాదారులకు రు 2-0-0 యితరులకు రు 5-0-0. మీరు వ్రాసే జాబులన్నియు,

పుచ్చా వెంకటామయ్యగారు
ప్రకృతి సంపాదకులు,
దంతలూరు అగ్రహారం - పిడపర్రుపోస్టు
వయా దుగ్గిరాల, గుంటూరుజిల్లా అని
వ్రాయండి.

1 రోగిపేరు, 2 చిరునామా, 3 వయస్సు, 4 స్త్రీ లేక పురుషుడు, 5 ఇప్పుడు పైకికనపడే రోగలక్షణములు, 6 ఇదివరకు మీరు యెరిగినప్పటి నుండియు మీ రోగానికి సంబంధించిన చరిత్ర, 7 మీ తల్లిదండ్రులు జీవించియున్నారా? 8 వారి వయస్సెంత? 9 వారిలో ఒకరుగాని యిద్దరుగాని మరణించి యున్నయెడల వారేరోగముతో మరణించిరి? 10 వారి రోగానికి మీ రోగానికి పోలిక లున్నవా? 11 మీకు బాగుగా నిద్రపట్టునా? 12 కలలతో నిద్ర

భంగమగునా? 13 రాత్రి దాహమగుండునా? 14 తెల్లవారు సప్పటికి మూత్రి మెన్నిసారులగును? 15 పగలు మూత్రము మెన్నిసారులగును? 16 మూత్రము ధారాళముగానగునా? 17 మూత్రబంధమున్నదా? 18 సుద్దకట్టు పడునా? 19 పచ్చసెగ యెప్పుడైనను తగిలినదా? 20 సవాయి తగిలినదా? 21 తగిలి నయమైనదా? 22 విరేచనము దినమున కెన్నిసారులగును? 23 గట్టిగా నగునా? 24 పలుచగా నగునా? 25 నీళ్ళవిరేచనము లగునా? 26 బంకపడునా? 27 మలబద్ధక మున్నదా? 28 విరేచనములో నులిపురుగులుగాని, యేలికపాములుగాని పడునా? 29 అపానవాయువులు వచ్చునా? 30 కడుపులో గుడగుడ మనునా? 31 గ్రహణి అతిసారము యెప్పుడైనను కలిగి నయమైనదా? 32 రోగిదేహమున చెమట కలుగునా? 33 పరిశ్రమతో కలుగునా? 34 ఎప్పుడు పట్టితే అప్పుడు చెమట పోయునా? 35 చెమట పోయకుండునా? 36 చర్మము మీద చిలుగుడు, తామర, తీట, చీడ, గజ్జి, కరపాణి, యేనుగగజ్జి, సవాయి పొక్కులు, సెగగడ్డలు, చెమట పొక్కులు మొదలగునవి లేచునా? 37 ఇదివరకు అట్టివి లేచినప్పుడు మందు వాడి నయము చేసిరా? 38 ఏమందు వాడినది చెప్పగలరా? 39 ఎప్పుడైనను జ్వరములు వచ్చినవా? 40 క్వైనా వాడినారా? 41 ఆయుర్వేదపు మందులతో నయమైనదా? 42 వాంతులు వెళ్ళునా? 43 వికారముండునా? 44 తల తిరుగునా, 45 తలనొప్పి కలదా? 46 కండ్లమంట లున్నవా? 47 దేహమున మంట లుండునా? 48 దేహములో తిమురున్నదా? 49 దేహములో పోట్లుగాని ఎగాని యెక్కడ నైనను కలవా? 50 స్పర్శజ్ఞానము ఎక్కడ నైనను తగ్గియున్నదా? 51 పండ్లవ్యాధులు కలవా? 52 అవి యేవి? 53 కండ్లు మసకగా నుండునా? 54 చెవుడున్నదా? 55 మీరు యెంత యెత్తున్నారు? 56 మీ తూక మెంత, పౌండ్లలో?

స్త్రీలు యీ క్రింది ప్రశ్నలకుగూడ జవాబు వ్రాయవలెను?

57 వివాహమైనదా? 58 గర్భాధానమైనదా? 59 ఎన్ని సంవత్సరములైనది? 60 భర్తకు తనకు అనుకూల్యమున్నదా? 61 సంతానవతియా? 62 ఎంతమంది సంతానము? 63 వారివయస్సు? 64 గర్భస్రావము లయినవా? 66 ఎన్ని 66 ఎప్పుడెప్పుడు? 67 పుట్టిన బిడ్డలందరును జీవించియున్నారా? 68 జన్మనిగ్రహమవలంబించునా? 69 కృత్రిమముగా గర్భస్రావము కలిగించుకొనినారా? 70 ప్రతినెల ఋతుమతి యగునా? 71 మైల ఎక్కువ తక్కువలు లేక క్రమముగా వెడలునా? 72 ఋతుమతి అయిన తరువాత యెన్ని దినముల వరకు రజస్సు కనపడుచుండును? 73 శ్వేతకుసుమవ్యాధికలదా? 74 రక్తప్రదరమున్నదా? 75 ఋతుశూలకలదా? 76 నడికట్టు యెక్కువగా బిగించునా? 77 పులుపు కారము యెక్కువగా తినునా? 78 దయ్యము పట్టినదా? 79 మూర్ఛకద్దా? 80 అపస్మారమున్నదా? 80 a గర్భాశయచ్యుతి యున్నదా? 80 b ఇదివరకు ఆపరేషను చేయబడెనా?

రోగి శిశువైనచో

81 తల్లిపాలా? పోతపాలా? 82 ఎన్నవ నెల? 83 ఆటలమ్మ, పొంగు మొదలగునవి కలిగినవా? 84 టీకాలు వేయించినారా? 85 పండ్లు వచ్చినవా? 86 గ్రహణి అతిసారము

కలదా? 87 మలబద్ధకమున్నదా? 88 పిల్ల లావుగా నుండునా? 89 వయస్సుకు తగిన పెంపు కలదా? 90 జ్వరములు వచ్చి నయమైనవా? 91 చిన్నబిడ్డ గుణము కలిగినదా? 92 ఇదివరకు లివరు స్ప్లీన్ వ్యాధి కలిగినదా? 93 ఏమందు యిచ్చిరి? 94 పిల్ల నెత్తుకున్నప్పుడు బరువుగా నున్నట్లు తోచునా? 95 పిల్ల వయస్సుకు మించిన ఆకలి కలిగి యుండునా? 96 వాంతు లగునా?

పెద్దవారికి - స్త్రీలకు పురుషులకు-

97 కాఫీ, టీ అలవాటున్నదా? 98 నల్లమందు అలవాటున్నదా? 99 పొగాకు చుట్టగాని, సిగరెట్టు, బీడి, పొడుము కిల్లీ మొదలగు దురభ్యాసము లున్నవా? 100 త్రాగుడున్నదా? 101 జూదము గాని పేకాటగాని వ్యసనముగా అవలంబింతురా? 102 ఏవైనను ఆరు బయట తిరిగి ఆడేఆటలలో మక్కువ యున్నదా?

సుఖసంసారము

ఒకటవ సంపుటము

మీ భార్య

1. మీరు ఇంటికి పోవు నప్పటికి చిరుబుర్రు మనుచుండునా?
2. తన కేదో బద్ధకముగా నున్నదని ఆమె చెప్పునా?
3. ఆమెకు నరాలలో అవ్యక్తమైన బాధ కలుగునా?
4. మీయెడ వైముఖ్యము చూపునా?
5. దుర్బలముగా నుండునా?
6. నడుములో నొప్పిగా నున్నదనునా?

సుఖసంసారము చదివితే మీరు వైద్యుని పిలువ నక్కరలేకయే ఆమె రోగమును కుదుర్ప గలుగుదురు.

250 పుటలు - ఫెదర్వెయిటు కాకితములపై సర్వాంగ సుందరమైన అచ్చు. కొలది ప్రతులు అచ్చు అగుచున్నవి. వెంటనే ఆర్డరు యిచ్చిననే యీ గ్రంథము లభించును.

వెల రు 3-0-0 లు. చందాదారులకు వెంటనే ఆర్డరు యిస్తే రు 2-0-0 లు.

ప్రకృతి కార్యాలయ ట్రస్టు, బెజవాడ.

ఆహారానికి సంబంధించిన వివరములు

1 వ రకము

అతిసారవ్యాధియందును, తరుణములగు సంధి తో గూడిన జ్వరము లన్నిటియందును మంచి నీటిని మాత్రమే దాహ మైనప్పుడు త్రాగు చుండవలెను.

2 వ రకము

జ్వరము, అతిసారము, బాలెంత రోగము, మొదలగు వ్యాధులందు దాహ మైనప్పుడు మంచినీటిని త్రాగవలెను. మరియు తియ్యా నారింజ, బత్తాయి, కమలాఫలములను తిన నీయవలెను.

3 వ రకము

గ్రహణికి - కొబ్బరినీరు, నీటితో చేర్చిగాని చేర్చకగాని తేనె, చక్కెర కేళీ అరటిపండు.

4 వ రకము

దీర్ఘరోగములందు 2 పూటలా వండిగాని వండకగాని బీర, పొర, దోస, దొండ, టొమెటో, పొట్లకాయలను, తోటకూర, పొన్నగంటి కూరలను సాధ్యమైనంతవరకు ఉప్పు చేర్చకుండాను, లేదా మిక్కిలి స్వల్ప ముగా ఉప్పుచేర్చిగాని.

5 వ రకము

ఒకపూట వండివార్చని ముడిబియ్యపు అన్న మున్నూ, అన్నానికి నాలుగురెట్లు వండి వార్చని కూర.

రెండుమూడు పూటలందు నారింజ కమలా, బత్తాయి ఫలములు- ఇది తరుణవ్యాధులలో జ్వరము-అతిసారము లేనప్పుడు పనికివచ్చును.

6 వ రకము

కాలిక వ్యాధులందు యీ పథ్యము పనికి వచ్చును. ఉదయం సాయంత్రములయందు వండివార్చని ముడిబియ్యపు అన్నమున్నూ అన్నానికి నాలుగురెట్లు వండి వార్చని కూర యున్నూ,మధ్యాహ్నము 4 నారింజ,బత్తాయి కమలాఫలములున్నూ. ఇంతవరకు పథ్యము లందు తిరుగమోత లేదు. 6 వ రకపు పథ్యములో మాత్రము వండినకూర నేతితో తిరుగబోత వేయవచ్చును.

7 వ రకము

వండిన అన్నము 1 భాగము, 4 రెట్లు కూర, కొద్దిగా వెన్న, లవణము, నేతిపోపువేసుకొని తినవచ్చును. వారమునకు 2 తూరులు పప్పు అన్నములో 8-వ వంతు తినవచ్చును. బల శాలురుగా నుండి పనిపాటలు చేసుకొను వారిలో యేదైన స్వల్పబాధ కలిగిన యెడల చికిత్స చేసుకొనునప్పుడు యీ పథ్యము అవలంబింపదగినది.

ప్రకృతి గృహ వైద్య పాఠములు

వివిధ ప చికిత్సావిధానములను గురించి తెలుపు 24 పాఠములును కలిపి ఒకచే బైండుగ అందముగ తయారుచేయబడి, బెజవాడ, "ప్రకృతి కార్యాలయమ ట"నందు అమ్మకమునకు సిద్ధ ముగ నున్నది. ఇది యెల్లరును చదువవదగిన గ్రంథము.

అసలు ధర రు 2-8-0 ప్రకృతి చందాదార్లకు రు 2-0-0

ప్రకృతి వైద్యము (సత్యమ్)

క్రీస్తు పుట్టక పూర్వము 400 సంవత్సరముల క్రితమే హిపోక్రిటీసు ప్రకృతియే సర్వరోగముల నయముచేయగల దని చెప్పినాడు. ఆ మహానుభావుడు చెప్పిన సిద్ధాంతములనే ప్రకృతివైద్య సూత్రము లనుచున్నాము. అందువలన హిపోక్రిటీస్ ప్రకృతి వైద్యశాస్త్ర పితామహు డనవచ్చును. నేడు వైద్యకళాశాలలలో చెప్పు శాస్త్రమునకును, హిపోక్రిటీసుచెప్పిన సిద్ధాంతములకును, ఏమియు సంబంధము లేదు.

మనము తినిన ఆహారపదార్థములో అరగక మిగిలిపోయిన భాగము దేహములో నిలిచిపోవుటవలన దేహవ్యాపారము సక్రమముగా జరుగదు. దేహవ్యాపారమునకు యిబ్బంది కల్గును గాన ప్రకృతి యీ అరగని పదార్థమును బయటకు పంపుటకు ప్రయత్నము చేయును. రోగపదార్థమును బయటకు పంపుటకు ప్రకృతి చేయు ప్రయత్నమే తరుణవ్యాధి యని ప్రకృతి వైద్యులు ఆది నుండి చెప్పుచునే ఉన్నారు.

ప్రకృతివైద్యము 1829 వ సంవత్సరములో బయలు దేరినది. జర్మనీదేశస్థు డగు ప్రిస్నిట్జి యీ ఉద్యమమును మొదలుపెట్టెను. సైలీషియను కొండలలో ఆరోగ్యసదనమును యేర్పాటు చేసి చన్నీటితో అనేకమంది రోగములు కుదిర్చెను.

ప్రిస్నిట్జి లేవదీసిన ఉద్యమమును స్క్రాత్ బలపరచెను. లిండెవైజులో ఆరోగ్యసదనమును యేర్పాటుచేసి అనేకమందిని రోగవిముక్తుల చేసెను. ప్రిస్నిట్జి చన్నీటితోనే రోగముల నయముచేసెను. స్క్రాత్ మరొక అడుగు ముందుకు వేసి చన్నీటితో బాటు గోంగళిచుట్టలను వేసి రోగముల నయము చేసెను. ఆహారవిషయములో కూడా చాలా శ్రద్ధ తీసికొనెడివాడు.

బవేరియా నివాసి యగు నీప్ కూడా స్క్రాత్ సమకాలికుడే, ఈయన జలచికిత్సను గూర్చి తన అనుభవముల ప్రచారము చేసి యేబది సంవత్సరములపాటు మానవకోటికి సేవచేసెను. చన్నీటితో రోగములు నయ మగునని చెప్పినందున 18 పర్యాయములు జైలుకు వెళ్ళిన డా. బెనిడిక్టు లస్టు నీప్ శిష్యకోటిలోనివాడే. ఆర్నాల్డు రిక్లీ,లూయీకూనే,ఆర్.డి.ట్రాల్. హెన్రీ లిండ్లహార్ మొదలగు వైద్యవరు లందరును ప్రకృతివైద్యప్రచారమునకై తమ జీవితముల ధారపోసిరి. వీ రందరు చెప్పిన దేమంటే 'ప్రతిమానవునిలోను దైహిక, మానసిక, నైతికశక్తులు మూడును గలవు. ఈ మూటిని సమన్వయముచేసి, లోక మంతట వ్యాపించిన విశ్వశ్రుతితో కలుపుటయే మనము చేయవలసిన పని.

మందు వైద్యులు చెప్పు సూక్ష్మజీవి సిద్ధాంతమునకును, పీనుగుల కాలేజీలలో జరుగు కోతలకును, ప్రకృతి వైద్యమునకును యేమియు సంబంధము లేదు. వేటి త్రోవ వాటిదే.

మతమును, వేదాంత శాస్త్రమును ప్రకృతి వైద్యము సమన్వయము చేస్తుంది. అన్ని శాస్త్రములలోని మూలసూత్రములను సమన్వయము చేసి ప్రకృతివైద్యము కర్మయోగమును ప్రబోధిస్తుంది. మనస్సును, దేహమును

యెట్లు అదుపులో నుంచుకొనేది తెలియ చెప్పుతుంది. దేహమును, మనస్సును రెంటినీ అదుపులో నుంచుకొనుట వలన భౌతికమైన రోగము యెంత తేలికగా కుదిరేదీ ప్రకృతి వైద్యము ప్రత్యక్ష ప్రమాణములతో నిరూపిస్తుంది.

దేహములోని అంతరవయవములు తూట్లు పడక, బాగుపడుటకు సరిపోయిన ధాతుశక్తి ఉన్నయెడల యే కాలికరోగమైనా యెంత త్వరగా కుదిరేదీ ప్రకృతి వైద్యము విపుల పరుస్తుంది. ఆరోగ్యము పదీ, అయిదు (రూపాయిలు) పెట్టికొంటే వచ్చేది కాదనియు ప్రయత్న పూర్వకముగా సాధించితే వచ్చేదనిన్నీ నచ్చచెప్పుతుంది.

డాక్టరు విలియమ్ అస్లరుగారు సుప్రసిద్ధమందు వైద్యులు. మన మిచ్చు మందుల వలన రోగములు నయమగుట లేదని వీరు నిర్మొగమాటముగా సెల విచ్చారు. మందువైద్యులు యిది పరిశోధనా ఫలిత మని తలంచ వచ్చును. కానీ, ప్రకృతి వైద్యులు 19 వ శతాబ్దము నుండి యీ పాటనే పాడుచున్నారు. మందు వైద్యులు క్రొత్తగా కనుగొనిన దేదియులేదు. బిల్జి, కూనే, పామల్, ష్లేటన్ మొదలగువారి గ్రంథములే దీనికి సాక్ష్యములు.

ప్లిమత్ లో జరిగిన బ్రిటిష్ వైద్య సంఘము వారి సమావేశమునకు అధ్యక్షత వహించిన డా. కాలిన్ యల్. లిండ్సేగా రేమన్నారంటే "జన సామాన్యమునకు మందు వైద్యుల యందుండు నమ్మకము తగ్గిపోవు చున్నది. జనసామాన్యమునకే గాక వైద్య విద్యార్థులకు గూడా మందు వైద్యమునందు నమ్మకము బొత్తిగా లోపించుచున్నది. మందువైద్యము వ్యాపారముగా మారుటవలన యీ గందరగోళము జరుగుచున్నది. రోగము రాగానే యేదో ఒకమందు మ్రింగా లను మూఢనమ్మకము జనసామాన్యములోని కొంతమందికి యింకా ఉన్నది కాబట్టి మన మందుల మ్రింగుచున్నారు గాని మందులలోని గొప్పతనమువలన మ్రింగుట లేదు. మందుల నిచ్చినందు వలన ఆరోగ్యము కల్గుటలేదు గాన, జనసామాన్యమునకు మందులలోను, మందు వైద్యవృత్తిలోను నమ్మకము బొత్తిగా పోయినది. దీనినిగూర్చి మన మేమీ ఆశ్చర్య పడ నవసరము లేదు.

ఇంత దూరము చెప్పిన తరువాత ప్రకృతి వైద్యమునకును, మందు వైద్యమునకును గల తేడాను మా చదువరులు గ్రహించక పోరు.

ఎనిమా

11 ఎనిమా వలన కుదిరే వ్యాధులు

రక్త విషీకరణము

మలము పలుచగా నుండి, చిన్న ప్రేగులో నుండి పెద్దప్రేగులోనికి పోయే ఆంత్రాంత్ర కవాటము తిన్నగా పనిచేయనియప్పు డిది గలుగును. పెద్దప్రేగునకు ఆరంభమున దిగువగా నుండే లంబిక యందే అసంఖ్యాకములగు సూక్ష్మజీవు లుండును. ప్రేగులయందలి ఆమత్వచము పూచి యున్నప్పుడును inflamed మలము ప్రేగులయందు నిలచిపోయి మురుగుచున్నప్పుడును అందు మురిగినందున గలిగే విషములు ఆమత్వచములోగుండ రక్తమునందు చేరి రక్తమును విషయుతము చేయును. జీర్ణమండలము నందుండి హృదయము వంకకు పోయే సిరలయందలి రక్తమును పైత్యకోశము శుద్ధిచేసియు, విషములను సమరసపరచియు హృదయములోనికి పంపును. పైత్యకోశము తిన్నగా నున్నంతవరకును యీ విషములు రక్తముతో కలిసి హృదయమునకు చేరి బాధింపవు. కాని యెప్పుడైతే పైత్యకోశము చెడి రోగగ్రస్త మవుతుందో అప్పు డీ విషములు రక్తముతో చేరి హృదయములోనికి ప్రవేశించి శుద్ధరక్తవాహికలలో గూడ నిండుకొనును. కంఠమునందుండే థిరాయిడ్ గ్రంథిగూడ రక్తమును శుద్ధిచేస్తుంది. అయితే పైత్యకోశము చేసేటంత చేయక చాలా తక్కువగా శుద్ధిచేయును. అయితే యెప్పుడైతే రక్తముతో విషములు అభిసరింప నారంభిస్తవో అప్పుడే పైత్యకోశమున్నూ, థిరాయిడు గ్రంథియునూ రోగగ్రస్తమవుతవి.

అందువలన రక్తమునందలి విషములు మూత్రముతోను, చెమటగాను వెడలిపోవ ప్రయత్నము చేయును. అందువలననే మలబద్ధకమున్నవారి చెమట మురికికంపు కొట్టుతూ ఉంటుంది. ఊపిరితిత్తులద్వారా కొన్ని విషములు వెలువడ నారంభిస్తవి. అందువలన శ్వాసగూడా మురికివాసనకొట్టుతూ ఉంటుంది. రక్తవిషీకరణము యెందువలన కలిగిందో నిష్కర్షగా నిర్ణయించుట కష్టమేగాని సాధారణముగా నది మలబద్ధకము వలననే కలుగునని చెప్పవచ్చును. ఈ ప్రకరణమున మలబద్ధకమువలన కలిగిన విషీకరణమునందుకలిగే వ్యాధులును అందు యెనిమా వాడుక వలన నయమైన రోగములచరిత్రలును యీ క్రింద వివరించెదను.

అజీర్ణ వ్యాధులు

తినిన పదార్థములు తిన్నగా జీర్ణము కాక కలిగే దౌర్బల్యము, నిస్సత్తువ, యెనిమా వాడుకవలన నయమగుట మేము చూచి యున్నాము. ముందుగా మలబద్ధకము నయమగును. తరువాత జీర్ణమండలమునందలి క్రిమిచలనము బాగుపడును. తరువాత జీవనక్రియ (metabolism) వృద్ధియగును. దానితో తినిన పదార్థములు తిన్నగా జీర్ణమై రక్తమాంసాదులుగా మారును. అగ్నిమాంద్యమును, ఆకలిలేమియు, యెనిమా వాడుకవలన వెంటనే కుదురును.

మలబద్ధకము వలన, మలము కుళ్ళి జాఠర సిర (Portal vein) ద్వారా హృదయములోనికి పోవుటవలన, పాండువ్యాధి యేర్పడును.

ఈ యెనిమా చేసి పెద్దప్రేగును శుభ్రపఱచి నప్పుడు రక్తములో ప్రవేశించిన మలము యొక్క పరిమితి క్రమక్రమముగా తగ్గిపోవును. దానితో పాండురోగము కుదురుచున్నది. ఆమవాత వ్యాధులలో తప్పకుండా మలబద్ధక ముంటున్నది. మలబద్ధకమును పోగొట్టిన యెడల ఆమవాతవ్యాధులు నయమగును. ఆమవాత వ్యాధులు పితృయముగా సంక్రమించునందురు. నిజ మేమనగా పిత్రీయముగా సంక్రమించేది ఆమవాతము కాదు. ప్రేగుల యందలి మాంద్యము పితృయముగా సంక్రమించును. దానితో ఆమవాతము గూడా వస్తుంది. అందువలన ప్రేగుల యందలి మాంద్యము పోయి తిన్నగా పనిచేయ నారంభించు నేని ఆమవాతము స్వయముగనే కుదురుచున్నది.

వాంతులు

ఎన్నోతూరులు యెనిమా చేసినందువలన వాంతులు నయమైనవి.

జీవరసగ్రంథుల వ్యాధులు

మల సంబంధమగు విషములను రక్తమునుండి విడదీసి వెలువరించు అవయవములలో థిరాయిడు గ్రంథి ఒకటని యిదివఱకే వ్రాసి యున్నాను. వెలువరింప సాధ్యము గానంతగా విషములు రక్తముతో గలసి అభిసరించుచుండునేని థిరాయిడు గ్రంథి చెడిపోయి లావెక్కును. అట్లే రక్తముతో కలసి తిరిగే విషములను వెలువరించునప్పుడు మూత్రపిండాగ్రగ్రంథి (Super renal gland) దెంతో పనిచేయును. దాని శక్తికి గూడా మిగిలిన విషములు రక్తములో నుండునేని అదియును చెడిపోవును. అందువలన విషములు రక్తములోనే ఉండి చర్మతలమునకు చేరి చర్మముయొక్క రంగును చెడగొట్టుచున్నవి. ప్రతిదినమును వరుసగా కొన్ని దినములు యెనిమా చేసిన యెడల యీ వ్యాధి నయమగును.

నాడీ వ్యాధులు

1. తలనొప్పి

కొన్ని దినములు వరుసగా యెనిమా చేసిన యెడల ఎంత మొండి తలనొప్పి అయినా నయమవుతుంది. సామాన్యముగా తరుణముగా వచ్చే తలనొప్పి ఒకటి రెండుతూరులు యెనిమా చేస్తేనే నయమవుతుంది.

2. అరతలనొప్పి

ఇదియును మలబద్ధకము వలననే కలుగుచున్నది. పెద్దప్రేగుయొక్క దిగువభాగము క్రిందికి దిగజారియున్నప్పుడు యిది తప్పక కలుగును. అనేకులకు యెనిమాచేసిన యీ బాధ తగ్గిపోయినది. కాలిక మగు తలనొప్పిచే బాధపడువారికి కొన్ని దినములు వరుసగా రోజుకు రెండుతూరులు చొప్పున యెనిమా చేయుటవలన శాశ్వతముగా తలనొప్పి రాకుండా పోయినది. దీనివలన మనమేమి గ్రహింపగల మనగా, అరతలనొప్పికి ముఖ్యముగా మలబద్ధకమే కారణము.

3. దయ్యముపట్టుట

ఇది నిజముగా మలబద్ధకమువలననే గలుగును. మలబద్ధకము లేకుండా చేసిన యెడల దయ్యము యేమీ చేయకుండానే పారిపోతుంది.

4. మూర్ఛ

దీనికి గూడా ముఖ్యముగా మలబద్ధకమే ప్రధానకారణమై ఉంటున్నదని వైద్యులనే

కులు వ్రాయుచున్నారు. మలబద్ధకము లేకుండా చేయుటవలన మూర్ఛ యొక్క తీవ్రతయును, సంఖ్యయును తగ్గుచున్నది. కనుక యెనిమా యీ వ్యాధికి గూడా ఉపయోగించును.

5. తలతిరుగుడు

ఎనిమా చేసిన వెంటనే చాలామందికి తలతిరుగుడు రోగము నయమైనది. మలము రక్తములో కలియుటవలననే యీ వ్యాధి కలుగును. కనుకనే యెనిమా తప్పక ఉపయోగించును.

6. తుంటినొప్పి

తుంటియందుండే నాడియందు పుండుపర్పడును. ఇది మలబద్ధకము లేకుండా చేసిననే నయమగును. ఇట్టి వానియందు యెనిమా చేయు మేలు యింతా అంతా కాదు - దీనికి తోడు ఫలరసములు పుచ్చుకొనుచు జీవించిన యెడల కొద్ది కాలములో యీ వ్యాధి శాశ్వతముగా నయమగును. ఇంకే యితర చికిత్స చేసినా గూడా యీ వ్యాధి నయమగుట నంశయాస్పదమే.

7. నిద్రలేమి

మలబద్ధకము పోగొట్టుటకు యెనిమా వాడవలయును. దానితో నిద్రలేమి నయమగును.

8. నాడీదాహము

ఎనిమాచేయుచు యుక్తమగు ఆహారవిహారముల నవలంబించిన యెడల యీ నయమగును. ఇదియును మలబద్ధకము వలననే కలుగుచున్నది. కనుక తాత్కాలిక మగు మలమును యెనిమాతో వెలువరించి వేయవలెను. ఏ పదార్థములు తింటే ప్రేగులయందు జిగురు తగ్గిపోవునో అట్టి కూరగాయలను - ఫల జాతులను యెక్కువగా తిని, జిగురును యెక్కువచేసే ధాన్యజాతులను దుంపలను తగ్గించి తినిన యెడల యీ వ్యాధి తప్పక నయమగును.

మానసికవ్యాధులు

మలబద్ధకము వలననే సామాన్యముగా అనేక మానసికవ్యాధులు కలుగుచున్నవి. ఔదాసీన్యము, ఉద్రేకము, అవినీతి విచారము, ధనాదిపిచ్చులు, ఆత్మహత్యావాంఛ, మొదలగు వ్యాధులు కలవారికి ఎక్సు రేపరీక్ష చేసిరి. వారికి బేరియం మీలు యిచ్చి ఎక్సు రేతో పరీక్షించిరి.

3. రకముల రోగులను పరీక్షించిరి,

1. తెలివి తక్కువపిల్లలు (Dementia praecox)
2. మానసిక స్తబ్ధత (Maniac Depression)
3. దైహిక దోషములచే గలిగిన మానసిక వ్యాధులు (Psycho-neurosis) బేరియం మీలు యిచ్చి × ఎక్సురేతో పరీక్ష చేస్తే, తినిన బేరియంమీలు దేహమునుండి వెడలి పోవుటకు ఆరోగ్యవంతునకు 36 నుండి 48 గంటల కాలము పట్టును. పరీక్ష చేసిన వారిలో నూటికి 80 మంది 48 గంటలకంటె యెక్కువ కాలమునకు గాని బేరియంమీలు దేహము నుండి వెడలి పోలేదు. తెలివితక్కువ పిల్లలకు చేసిన పరీక్షయందు వారి దేహము నుండి బేరియంమీలు సాంతముగా వెడలిపోవుటకు సరాసరి 113 గంటలు పట్టిన దనియు, అందులో కొందరికి 360 గంటలకు గాని బేరియంమీలు వెడల లేదనియు వారు కనుగొనిరి. మానసిక స్తబ్ధులను పరీక్షింపగా వారి దేహము నుండి బేరియంమీలు వెడలుటకు సరాసరి 154 గంటలు పట్టెను. అందులో కొందరికి

408 గంటల కాలము వరకును బేరియంమీలు వెడలి పోలేదు. ఇక మూడవ తరగతి రోగులను పరీక్షింపగా వారి దేహమునుండి బేరియం మీలు వెడలుటకు సరాసరి 80 గంటల కాలము పట్టెను. అందులో కొందరికి 166 గంటల వరకు బేరియం మీలు పాంతముగా వెడలిపోలేదు.

ఇందు మొదటి తరగతిరోగులకు కొన్ని నెలలు వరుసగా యెనిమా చేసిరి- అందు నూటికి 17 మంది రోగము నయమాయెను. నూటికి 50 మందికి స్థితి మార్పుపొంది అభివృద్ధి కలిగెను. మానసిక స్తబ్ధతకు కొన్ని మాసములు వరుసగా యెనిమా చేయగా నూటికి 70 మందికి నయ మైనది. 15 మందికి అభివృద్ధి మాత్రము కలిగి నది. మూడవతరగతి రోగులకు వరుసగా కొన్ని మాసములు యెనిమా చేసిరి. అందు నూటికి 80 మందికి రోగ నివారణ మైనది.

రక్తసంబంధమైన వ్యాధులు

మలము పేరుకొని మురిగి అందలి విషములు రక్తములో కలియుటవలననే అసంఖ్యాకము లగు హృదయ రోగములు కలుగును. మల బద్ధకమునందు అపానవాత ముండును. కొన్ని హృదయరోగములు అపానవాతము వలన గూడ కలుగవచ్చును. పాండువ్యాధికి తప్పక మలబద్ధకమే కారణంగా ఉంటుంది. రక్తాభి సరణము చెడిపోయి కాళ్లు చేతులు పాలిపోయి చల్లగా నుండు దశలలో గూడ యెనిమా చేయుట వలన రక్తాభిసరణము అభివృద్ధిపొంది చేతులయందును, కాళ్ళయందును రక్తము బాగుగా ప్రవహించుటచే నవి తిరిగి వెచ్చ బడిన సందర్భములు గలవు.

'అల్బు' అను నాత డిట్లు చెప్పెను: ఒక రోగికి 51 సంవత్సరముల వయస్సు. చిరకాలముగా అతని నాడి అక్రమముగా కొట్టుకొనుచుం డెను. ఎనిమా చేసినంత కాలమును, తరువాత కొన్ని గంటల వరకును గూడ అతని నాడి సక్రమముగా నడచుచుండెను. జాఠరశ్వాసా శయ నాడి (Pneumogastric nerve) యును స్వతంత్రనాడీమండలమును యెనిమా వలన చలించి హృదయస్పందనమును క్రమపఱచినవి.

రక్తపు పోటు కలవారు ప్రతిదినమును రెండు తూరులు చొప్పున యెనిమా చేసికొను చుం దురేని వారి రక్తపు పోటు క్రమక్రమముగా తగ్గును. హృదయ గతిని సరిచేయకపోయినను, మూత్రవ్యాధులకు చికిత్స చేయకపోయినను గూడ, యెనిమా చేసిన యెడల రక్తపుపోటు తగ్గుట అనుభవములోని విషయమేను. రక్తపు పోటు ఉన్నపుడెల్ల ప్రేగులలో మలములు నిలువయుండి కుళ్ళుచున్నట్లు మనము గుర్తింపగలము.

మలములో నుండి ఖోలెస్టెరాల్ అనే విషము రక్తములో ప్రవేశించుట వలననే రక్తపు పోటు కలుగుచున్నదనియు, ఇట్టివారు నూటికి 71 మంది ఉందురనియు యిటీవలనే పరీక్షించి కనుగొనిరి.

ఎనిమాచేసిన తరువాత పరీక్షింపగా రక్తపు పోటునందు, ఒక్కొక్కరికి 10 మొదలు 40 m.m. పాయింట్లవరకు తగ్గినట్లు కనుగొనిరి. దీనిని బట్టి తేలే దేమంటే ప్రేగులయందు మలము కుళ్లుట వలనే రక్తపుపోటు కలుగుచున్నది. అట్లే రక్తపుపోటు తగ్గుటకు హృదయము యొక్క బలము తగ్గుటయే కారణము, దానికి గూడ మలబద్ధకమే కారణముగా ఉంటున్నది. ఎనిమాతో మలమును తీసివేసిన తోడనే హృదయ స్పందనములు బాగుపడి రక్తపు పోటు అభివృద్ధి పొందుచున్నది.

పాలు-అంతర్వ్రణములు

సత్యమ్

1940 సంవత్సరపు ఫిబ్రివరి నెల నాచురోపాత్ లో W. C. WHITE M.R.C.S, L.R.C.P. గారు పాలవలన అంత్రర్వణములు పుట్టుచున్న వని చెప్పినారు. ఆ వ్యాసమునే అనువదించు చున్నాము. ఈ విషయమై యింకను పరిశోధనలు జరుగవలెగాన యీ అభిప్రాయమును ప్రమాణముగా తీసికొనక, సాధ్యమైనంతవరకు పాలను నిషేధింప మాచదువరులు ప్రార్తులు.

మందువైద్యులు, ప్రభుత్వమువారు-యిద్దరును పాలను యెక్కువగా వాడమని నిరంతరము ప్రచారము చేయుచున్నారు. ఈ మాటల నాధారపరచుకొని వాళ్లూ, వీళ్లూ అందరూ పాలను విరివిగా వాడమంటున్నారు. పాలు వాడితేనే అన్నిరోగములు పోవునని వాదించు విపరీత వాదులు లేకపోలేదు. Coronet magazineలో మార్టిన్ గారేమన్నారంటే—పాలను యెక్కువగా త్రాగిన అంతర్వ్రణములు యెక్కువగా పుట్టును. పాలను తక్కువ త్రాగిన అంత్రర్వణములు తక్కువగా పుట్టును. అసలే త్రాగని యెడల అంతర్వ్రణములు అసలేపుట్టవు. ఈ సిద్ధాంతమునకును అపవాదములు లేకపోలేదు. పాలు; మాంసము అంతర్వ్రణముల వృద్ధిచేయు చున్న వనుటకు నిదర్శనములు లేకపోలేదు.

మార్టినుగారు యీ విషయమై పదేండ్లనుండి పెక్కు పరిశోధనల జరిపినారు. వీటి ఫలితముగా యేమని తేల్చుకొన్నారంటే - ఇంతవరకు వెలువడిన నిదర్శనముల బట్టి ఆదిమజాతులలోని అమెరికన్ యిండియన్‌లకు అంతర్వ్రణములు పుట్ట లేదని తెలియు చున్నది. వీ రెన్నడును పాలను త్రాగినట్లు నిదర్శనములు లేవు.

సింహళద్వీపములో నివసించువారు పాలను వాడరు. కొబ్బరి, కొబ్బరినీళ్ళనే ఆహారముగా వాడుతారు. వారిలో అంత్రర్వణములు లేవు. మిగిలిన అన్ని దేశములకన్న అమెరికాలో పాలను యెక్కువగావాడుతారు. అందులోను New England లో పాలను మరీ వాడుతారు. అంతర్వ్రణములతో బాధపడువారు యీ ప్రదేశములో హెచ్చుగా గలరు. పాలను, వెన్నను ప్రతి కాఫీ దేవాలయములోను అందరకూ విధిగా యివ్వవలె నని విస్కాన్‌సిన్ రాష్ట్రములో శాసనము అమలులో నున్నది. ప్రపంచములోని అన్ని రాష్ట్రములలో కన్న యీ రాష్ట్రములోని మాడిసన్ పట్టణములో వ్రణబాధితులు యెక్కువగా గలరు. మిన్నెసోటా, ఇయోవా, మిస్సోరి, కాన్‌సాస్ మొదలగు రాష్ట్రములలో గూడా వ్రణబాధితులు యెక్కువగా గలరు. ఈరాష్ట్రవాసులు పాలను యెక్కువగా వాడుతారు. ఈ నిదర్శనముల నన్నిటినీ బట్టి మార్టిన్ గారేమన్నారంటే పాలను త్రాగని వారికన్న పాలు త్రాగువారే యెక్కువగా వ్రణములతో బాధపడుచున్నారు.

మెచ్నికాఫ్ యేమన్నాడంటే బాల్కను రాష్ట్రములో పిల్లిగడ్డాలవారు యెక్కువగా గలరు. ఈ విషయములో మెచ్నికాఫ్ పొరబడ్డా

డనియే చెప్పాలి. ఎందుకంటే మిగిలిన అన్ని దేశములలో కన్న బాల్కనురాష్ట్రవాసులలో చర్మవ్యాధులు యెక్కువగా గలవు.

చలికాలము, వానకాలము, వేసంగి అను విచక్షణ లేకుండా మామిడి పండును పెద్ద నగరములలో యేకాలములో నైనా తిన వచ్చును. ఇట్లనే ఒక మామిడిపండునే గాక యే పండునైనా యిందుకై తయారుచేసిన ప్రత్యేక యంత్రములలో (refrigerator) లో భద్రపరుస్తారు. ఈ పద్ధతి అమెరికాలో ఎక్కువ వ్యాప్తిలో నున్నది. శ్రీమంతులు యీ పండ్లను ఎక్కువగా ఆరగిస్తారు. పాలతో తయారుచేసిన తినుపదార్థములు మురగకుండా యీ యంత్రములలో భద్రపరుస్తారు. పెర్వ పోర్టు రాష్ట్రములో యీ పద్ధతి అమలులో నున్నది. అంతర్వ్రణబాధితులు అచ్చటనే యెక్కువగా గలరు. స్విజరులాండు వాసులు వెన్న, మీగడ, పాలను యెక్కువగా ఆర గిస్తారు. అంతర్వ్రణబాధితులు వీరిలోను హెచ్చుగా గలరు. ఇప్పుడిప్పుడు స్కాటు లెండు వాసులు పాలు, వెన్నను యెక్కువగా ఆరగించుట మొదలిడినారు. అంతర్వ్రణబాధి తులును పెచ్చు పెరిగిపోయినారు.

ఇంతేగాక మార్టిన్‌గారు యింకా యేమన్నా రంటే ఖొలెస్టరోల్ (Cholesterol) వలన అంత ర్వ్రణములు యెక్కువగుచున్నవి. పాలనుండి ఖొలెస్టరోల్ ప్రధానముగా పుట్టుచున్నది. పాలలోని ద్రావకమువలన అంతర్వ్రణములు పెచ్చు పెరుగుచున్నవి.

ప్రఖ్యాత మందువైద్యులుగూడా యిదే అభి ప్రాయమును వెలిబుచ్చారు. డాక్టరు జె. పి. నెదర్లాండు గారును ప్రసిద్ధ మందువైద్యులు బోష్టన్ విశ్వవిద్యాలయములో అధ్యాపకులు పెద్దలు పాలను ఆహారముగా త్రాగవచ్చునా అను విషయమై పెక్కు పరిశోధనలు జరిపినారు. ఈ పరిశోధనల ఫలితముగా యేమని తేల్చు కొన్నారంటే పెద్దలు పాలను ఆహారముగా సేవించుట వలన టాన్సిల్సు, ముక్కులోని కొయ్యగండలు, పండ్ల జబ్బులు, పిచ్చి, నాడీ వ్యాధులు, అంతర్వ్రణములతో బాధపడు చున్నారు.

పిల్లలజబ్బులను గూర్చి పెక్కు పరిశోధనలు జరిపిన బోగర్టుగారుకూడ యిదే అభిప్రాయ మును వెలిబుచ్చారు. పాలను యెక్కువగా త్రాగు పిల్లలు సన్నగాను, పాలిపోయి తెల్ల గాను ఉంటారు. కోపస్వభావులు అజీర్ణముతో బాధపడుతారు. మామూలుగా మందు వైద్యులు అనుకొన్నట్లు బరువుగాను పొడవు గాను ఉన్నప్పటికిని బలహీనులుగా నుంటారు. ఇంతకీ చెప్పవచ్చిన దేమంటే పసిపిల్లల అవ యవము లన్నీ పెరగవలె గాన ఆ పెరుగుదలకు పాలు ఉపయోగపడును గాన పాలను పసి పిల్లలకు ఆహారముగాయివ్వవచ్చును. అవయవ ములు పూర్తిగా పెరిగిన తరువాత మాత్రము పాలను ఆహారముగా వాడరాదు. అంతర్వ్రణ ములు పెద్దలకే వచ్చునుగాని పిల్లలకు రావు. అందు వలన పెద్దలకు పాలను ఆహారముగా యివ్వక పోవుటయే యుక్తము.

పెనిమిటా - పిశాచమా?

(సద్గతి)

కోట శ్రీరాములు

“నే నింతవరకూ ఇటువంటి సంగతులు చదవటం వినటమే గలిగిందిగాని ఇప్పుడు ప్రత్యక్షంగా చూడటం కూడా సంభవించిం”దని, “అసలు నువ్వా పిల్లను చూచావా?” అన్నాడు కాముడు. “అదేమిటీ! నేను మన దేముడి కల్యాణాల కొచ్చినప్పుడు ఆ అమ్మాయి యిక్కడే ఉందిగా! ఆ పిల్లకూతురు కూడా బాబా! బాబా! అంటూ నా దగ్గర కొచ్చి ఒక పూట నాతో అన్నం తిన్నది కూడాను” అన్నాడు రామమూర్తి.

“ఔనుగా! నువ్వు వచ్చినప్పుడు ఆపిల్ల యిక్కడే ఉందిగా” అన్నాడు కాముడు. “పవళింపు సేవప్పుడు పాటలు కూడా పాడింది. కంఠం చాలా శ్రావ్యంగా కూడా ఉం”దన్నాడు మూర్తి.

“హృదయం కూడా చాలా మృదువైంది, ఆ అమ్మాయి సంగీతం చెప్పుకుందిట- నీ కెందుకీ పాట? భోగంపిల్లలాగా” అని చలమయ్య అనేప్పటికి ఆ రోజు నుంచే సంగీతం మానేసి ఒక్కగీతంకూడా నోటినుంచి రానియ్యనని ఒట్టుపెట్టుకుందిట. అమ్మ ఒక పాట పాడమ్మా అంటే ఈ నియమంచేత పాడనన్నదిట. దానిమీద అమ్మ భగవద్విషయాల్లో ఈ నీమం పాటించక; ఇతర కార్యాల్లో మానేద్దువులే అని బుజ్జగించి పాడించింది. ఆ అమ్మాయి ఈశ్వరుడిమీద ఒక కృతి పాడి కళ్లనీళ్ళు పెట్టిందని అమ్మ చెప్పిం”దన్నాడు కాముడు.

మూర్తి :— ఆ అమ్మాయి కాపురానికొచ్చి నాలుగు ఏళ్లయింది కాదూ?

కాముడు :— ఔను. వాళ్ళు మన ఇంట్లో అద్దెకు వచ్చినప్పుడే ఆ అమ్మాయిని తీసుకొచ్చారు. వచ్చిన వెంటనే గర్భిణీ వచ్చి ఆ ఆడపిల్ల పుట్టింది.

మూర్తి :— చలమయ్య మంచివాడి లాగానే కనుపిస్తాడే.

కాముడు :— దరిద్రుడు. ఆ భార్యకు తప్ప అందరికీ మంచివాడే. ఇచ్చకాలవాడు.

మూర్తి :— ఆపిల్ల పేరేమిటీ? మరచిపోయాను.

కాముడు :— సతీదేవిట. సత్తెమ్మా- సత్యవతి అని కూడా పిలుస్తున్నారు. ఆ అమ్మాయి చాలాగుణవంతురాలు. ఒకసారి మన చెల్లెలులాగా నాన్న దగ్గర కూర్చుని మాట్లాడుతూ ఉంటే నీ కా ముసలాయన కావలిసి వచ్చాడేం, అని లోపలికి పిలిచి కొట్టాడుట చలమయ్య. ఆ చేష్టలకు అమ్మకు శివమెత్తి వాడిని పదిమందిలో పెట్టటానికి సిద్ధమయింది. కాని నేనే ఆపాను.

మూర్తి:— అయితే ఆపిల్ల సౌజన్యానికి వాడి మూర్ఖత్వానికీ దుఃఖదాంపత్యమయి ఉంటుంది.

కాముడు :— ఇది ఈశ్వర మాయ ఏమో! మంచి నమ్రతగా ఉంటాడు మొగుడు, గయ్యాళిగా ఉంటుంది భార్య. అందంగా ఉంటుంది, భార్య. కురూపిగా ఉంటాడు భర్త, చలాకీగా ఉంటాడు మగడు. మట్టాగా ఉంటుంది భార్య. దయా, సత్యశౌచాలతో ఉంటాడు పురుషుడు. నిర్దయా, అధర్మంతో ఉంటుంది అతని స్త్రీ. ఇట్లా మనం ఇద్దరిలోనూ వ్యతిరేకగుణాలు కల వారిని చాలామందిని చూడవచ్చు ననుకుంటా.

మూర్తి :— తమ్ముడూ! పూర్తిగా ఇదంతా ఈశ్వరుడిమీదా, మాయమీదా నెట్టెయ్యబోక. మనిషి నైజాలే చాలా వరకు కారణం. తన భార్యయొక్క మంచి గుణాన్ని భర్త గుర్తించలేడు. దానికి కారణం ఆ అమ్మాయి తనకు భార్య అయి యుండటమే. భర్త యొక్క మంచితనాన్ని భార్య గుర్తించదు. దానికి కారణం అతను మగడై యుండటమే. భార్యలో సరస గుణం ఎక్కువగా ఉంటే, దాన్ని అనువర్తిస్తే తాను లొంగిపోతా నేమో నని తనలో అరసికత్వాన్ని వృద్ధి చేసి భార్యతో పోటీచేస్తాడు. భర్త ధర్మపరుడైతే భార్య తనలో అధర్మాన్ని లేవతీస్తుంది. ఇవన్నీ మనం నాటకాల ద్వారా చూడటల్లా? మంచి నీతిమంతురాలైన భార్యను చిన్నచూపు చూచి వేశ్యతో స్వర్గం కడతాడొక పండితుడు. నాటకాంతంలో నువ్వు నాకు భార్య వయి యుండటం చేతనే నీ సుగుణం నేను చూడటం లేదంటాడు.

కాముడు :— చలమయ్య కూడా మనం చెప్పుకో తగినంత దుర్మార్గుడు కాదు.

మూర్తి :— సత్యవతికూడా అంత అవిధేయురాలు కాదేమో ?

కాముడు :— అయితే వా రిద్దరికీ ఇట్టి ప్రారబ్ధం కలిగిందేం?

మూర్తి :— మొదటిది వారిద్దరూ భార్యాభర్తలయి యుండటంచేతనూ, రెండవది, పైవాళ్లవల్లనూ. వేయిపడగలు చదివావుగా? అరుంధతి మొదటిదినాల్లో చర్య-అరుంధతికి తనభర్తమీద్ద వైముఖ్యం రేకెత్తించారు పైవాళ్లు. తన కాపురాన్ని అందులోంచి లేవనెత్తి స్వర్గం చేసుకున్నాడు ధర్మారావు. అట్లాగే పురుషుడు తన సత్తాతో సంసారాన్ని సుఖవంతం చేసుకోవాలి.

కాముడు :— చలమయ్య తన చేతిలో ఉన్న నూక్లలు కాస్తా తగలేసుకుని బస్తీకెక్కి నాటకాల్లో జొరబడి తాను నిరసించిన భోగంపిల్లలను చేతికింద వేసికొని సావిత్రినాటక మాడాడు. మంచిపేరు సంపాదించాడు, వేషాల్లో- క్రమేణా చెడుతున్నాడు గుణాల్లో.

ఒకరోజు సత్తెమ్మ "మీరు భోగంపిల్లలతో కలిసి సావిత్రి నాటకం వేస్తున్నారే! నే నా భోగం పిల్లలకు పాటలో ఏం తగ్గిపోతాను? నాకు సావిత్రివేషం యిచ్చి మీరు సత్యవంతుడు వేస్తే వాళ్ళకంటే బాగా నటించ గలనే" అని అడిగిందిట. చలమయ్య నోరు మెదల్చలేక రెండు తిట్టి ఊరుకున్నాడట.

మూర్తి :— నిజమే. తనభర్త అట్లా నాటకాల్లో తిరిగి భోగంవాళ్ళతో నేస్తంకడితే ఏ భార్య సహించ గలదూ! ఆ పిల్ల మంచి సలహా యిచ్చింది. అట్లా చేస్తే ఈ పాటికి ఎంతో ధనం కీర్తి సంపాయించేవాళ్ళు. మొగుడూ పెళ్ళాం సత్యవంతుడూ సావిత్రీ వేస్తున్నారంటే ఎంతోమంది వచ్చి చూస్తారు గూడానూ.

కాముడు :—ఒక సారి చింతామణి వేశారు. చలమయ్య బిల్వమంగళుడు. తెనాలి భోగంది చింతామణి. నాటకం చాలా బాగుంది. సత్యవతి కూడా వెళ్ళి చూచింది. చలమయ్య రావటంతోనే "తమరు నాటకాలువేసి అందరికీ నీతి బోధించటానికే గాబోలునేం! తమకా నీతులు పనికిరావు గామున్న? మీరు అభినయించిన ఆ బిల్వమంగళుడు ఎట్లా వేశ్యామోహంలో పడి చెడ్డాడో చూపించారుగా. మన కథంతా కూడా అట్లాగే జరిపించా లనుకుంటున్నారా? ఇదంతా నా హృదయవేదనతో వచ్చే మాటలుగా అడుగుతున్నా" నంది. చలమయ్య సమాధానం చెప్పలేక రెండు తన్ని రెండు రోజులు యింటికిరాలా.

నాటకాలు వెనక పడినై. తన దుర్గుణాలు తనభార్య చూపటంచేత తన భార్య సద్గుణాలు దుర్గుణాలుగా తాను ఎన్నుతున్నాడు చలమయ్య. అత నేది అన్నా ఆ అమ్మాయి ఊరుకుంటే-వాగివాగి వాడే ఊరుకుంటాడులే అని పెంకితనం వహించిం దనుకుంటున్నాడు. ప్రతిమాటలోనూ, అపార్థం స్ఫురింప చేసుకుంటాడు. "రండీ! ఇక భోంచేద్దురుగాని" అంటే – 'ఇంకేముందీ మింగి ఊరుమీదికి పోదురుగాని" అని ఎక్కిరిస్తోంది అనుకుంటాడు. "ఈ అణాపెట్టి పూలు తెచ్చిపెట్టు"మంటే నువ్వు తెచ్చి యియ్యక పోయినా నాడబ్బుతోనైనా తెచ్చివ్వ మంటూంది అనుకుంటాడు.

సత్తెమ్మ పెళ్ళికాలమందు 200 రూపాయలు నగలకు చదివించారు. ముత్తవ పెంచిన మోహంతో తన మనోవృత్తి డబ్బులోంచి 600 రూపాయలు యిచ్చింది. ఆ సొమ్మంతా యిప్పటికి 12,13 వంద లయింది. చలమయ్య మాటలకు చేష్టలకూ విసిగి సత్తెమ్మ ఏదన్నా ఒకటి అందా అంటే "ఔనులే,డబ్బుగలదాన్నని నీకు అహం. నీకు మగ డంటే ఏదోసమానం"అని నిందించే వాడు. "నాకు ఏ కోశానా అటువంటి తలంపే లేదు. "నన్నట్లా నిందించట మెందు"కని సత్తెమ్మ దుఃఖించేది. చిన్న పిల్లయినా మంచి సాంప్రదాయికురాలు.

ఈ విధంగా ఆ దంపతులమధ్య చినికిచినికి పెద్ద వానయి చిన్న పిల్లకాలవగా ఏర్పడి చివరకు అద్దరీ యిద్దరీ మోసిన ఒక సెలఏఅయింది. చలమయ్య మేన మామ దానికి వాటం ఏర్పరిచాడు. చలమయ్యను తన యింట్లో ఉంచుకన్నాడు గనుక ఇట్లాచెయ్యి, అట్లా చెయ్యి అని ప్రోత్సాహమిస్తాడు. దగ్గరఉన్న బస్తీలో మంచిస్థలం కొని అందులో పాకవేసుకొని ఉందాం. గనుక నీ పెళ్ళాం నగలసొమ్ము తెమ్మని ప్రోత్సహించాడు. -కొంతవరకు వివేకంగల చలమయ్య మనం నగల కిచ్చింది కొద్దేనాయె. దానికిగాను 14 వందలూ ఎట్లా తెమ్మంటానని వెనకాడాడు.

"నీ పెళ్ళాంపేర ఉంటే నీది కాకపోతుందా? నీ భార్యమీద హక్కు ఉన్నప్పుడు దాని డబ్బుమీద మాత్రం నీకు హక్కు లేదా? ఆ సొమ్ము మన మేమన్నా దుర్వినియోగం చేస్తున్నాం గనుకనా, తీసుకు"రమ్మని ఒత్తాసిచ్చాడు.

'నే నింతవరకు నాటకాల్లో తిరిగి పాలం పాడు చేశానని వాళ్ళకు గుర్తుగా ఉంటే పైగా ఆ డబ్బు కూడా యిస్తారా? ఇది సార్థకంలేని ప్రయత్నం' అని కాళ్ళు జాచాడు చలమయ్య.

‘మొగపుట్టక పుట్టి ఈ పని – అందులోనూ భార్య ద్వారా–చేసికోలేని జన్మ వృథావృథా’ అని మేనమామ నిప్పు పెట్టాడు. ఇక చలమయ్య మొండిబండపట్టు పట్టి భార్యతోనూ – అత్తగారితోను యుద్ధానికి సిద్ధమవాలని నిశ్చయించాడు, అత్తగారు ఒక రణపెంకి అని తెలిసికూడా.

ఒకరోజు మధ్యాహ్నం – తన పెళ్ళాం గనక “ఆ డబ్బు నే నియ్యనూ” అంటే పళ్లు పగలగొట్టాలనే సన్నాహంతో పేపబెత్తం మంచంక్రింద పెట్టుకుని సత్తెమ్మని యిట్లా రమ్మని గదిలోకి పిలిచాడు. సత్తెమ్మ నవ్వుకుంటూ పిల్లని చంక నేసుకుని “ఉండమ్మా! యివ్వాళ్లేదో కాలానికి విపరీతం పుట్టింది. పోయొద్దాం రావే” అంటూ గదిలోకి వచ్చింది. వస్తూ “మీనాన్నగారెందుకో యిన్నిరోజులమట్టీ మూతి బిగించుక కూర్చున్నారుగాని కారణ మేమిటో నువ్వన్నా అడుగమ్మా” అంటూ లోపలికి వచ్చింది.

చలమయ్య తన భార్యయొక్క సుహృదయాన్ని – నవ్వు ముఖాన్నీ చూచేప్పటికి తనలోని విషపుతనాన్ని కప్పుకోలేక నవ్వాడు. సత్యవతి వెంటనే “ఎందుకో ఆ దొంగనవ్వులు నవ్వటం అడుగమ్మా” అని పిల్లమీద పెట్టింది.

“సరే లే! నీ వేషాలు కట్టిపెట్టి నే నడిగేదానికి ఔనో – కాదో ఒక్కమాటలో చెప్పు. సోది పనికిరా”దన్నాడు చలమయ్య.

“నేను వేషాలు కట్టిపెట్టట మేమిటీ? ఇంతవరకూ నే నేమన్నా వేషాలు వేశాను గనుకనా, ఇప్పుడు కట్టిపెట్టటానికి?–ఈ దొంగ వేషపుమాట లేమిటో కనుక్కో అమ్మా” అని పిల్లని తండ్రివేపుకు తిప్పింది.

పిల్ల సమయానికి వచ్చీరాని మాటల్తో తువ్‌తువ్ అంది. “ఏడిచారు, నోరుముయ్యం డని నవ్వుముఖంతో ఇద్దరినీ అదమాయించాడు, చలమయ్య. చిన్నపిల్ల గావురుమంది. పిల్లని ఓదార్చుకుంటూ లేనికోపం అభినయించి “ఏమిటదీ!నో రెరుగని పిల్లనట్లా గదమాయించటం – ఏదయినా సీను రిహార్సల్సు చేసుకునేందుకు మమ్మని పిలిపించారా ఏమిటి?” అంది సత్తెమ్మ నవ్వుతూ. చలమయ్య – ‘అక్కడితో ఆగు! నే నొకమాట అడుగుతా. వెధవ సోది పెట్టక. ఔనో – కాదో ఒక్క మాటలో సమాధాన మియ్యమన్నాడు. “ఆ! అట్లాగే! మీరూ! ఒక్కటేమాట అడగాలి, నేనూ అట్లాగే సమాధానం చెప్పాలి” అని ఊరుకుంది.

“ఏడిచావు కానీ! నీ పేర వడ్డీకి తిరుగుతున్న నీ రూపాయిలు తీసుకువస్తావా? రావా? దానితో పని ఉంది” అని లోపల సిగ్గుపడుతున్నా పైకి మొండిగా అడిగాడు. సత్యవతి నివ్వెరపోయి ఏమో ఆలోచనలో పడి చివరకు “ఏం పనేమిటీ?” అని అడిగింది. చలమయ్య అటుముఖం పెట్టుకుని బస్తీలో స్థలం కొనాలన్నాడు.

“ఒక్క స్థలమేనా– ఇల్లుకూడా వేస్తారా?” అంది సత్తెమ్మ. ఆ మాటలో తన్ను అవమానిస్తోందని యెంచి చలమయ్య కళ్ళెఱ్ఱచేసి–

“ఇల్లేమిటీ? మేడే వేస్తా. నీ అటువంటి షాహుకారు చేతులో ఉంటే నా కేం కొదవా”! అన్నాడు.

“నేను షాహుకారేమిటీ? మీ రిచ్చిన డబ్బేగా మీకు లేని షాహుకారితనం నా కేమిటి” అంది సత్తెమ్మ నెమ్మదిగా.

“ఇంతకీ ఏమి తేల్చా”వన్నాడు చలమయ్య.

“చూడండీ! నేను ఎప్పుడైనా మీకు వ్యతిరిక్తంగా ఉంటానా? స్థలంకొని యిల్లు కట్టుకుందామంటే నాకు ఇష్టముండదూ? మీ రట్లా కసురుకుంటా రెందుకూ? ఇప్పుడే నన్ను చెప్పు, చెప్పు అంటే నేనేం చెప్పను? నా మెళ్ళోది గనుకనా, చప్పున తీసి చేతిలో పెట్టటానికి? పైకం వాళ్ళచేతుల్లో ఉండే – పదీ కాదాయే– వోలున చేతులోకి రావటానికి! మా అమ్మ వాళ్ళతో చెప్పి తెచ్చే ఏర్పాటు చేస్తానుగాని తొందర పడకండి. నన్ను నిప్పులు తొక్కించకండి” అని దీనంగా మాట్లాడింది.

“నీ సొమ్ముకు ఒకరి అజ్ఞ ఏమిటి? చుండు భట్టుపెళ్ళికి కొండిభట్టు అజ్ఞ” అని సాగించాడు చలమయ్య

“ఇంత కాలం నుంచీ వడ్డీలకూ సడ్డీలకూ తిప్పుతూ కష్టనిష్ఠూరాలు పడి వృద్ధిచేసిన వాళ్ళ ప్రమేయమే అవసరం లేదంటూరా?” అని నొచ్చుకుంది సత్యవతి.

“ఆ! తప్పకుండా. దీనికి ఎవరి సంప్రదింపూ అనవసరం. వెళ్ళటం తెచ్చుకొనటమే” అన్నాడు చలమయ్య.

“కొంచెం ధర్మంకూడా ఆలోచించండి...అందరి కష్ట సుఖాలు కూడా కొద్దిగా విచారించాలి. ఆ డబ్బు మా బావదగ్గరే ఉంది. ఎర్రిని ఏగాని పుట్టని ఈ సమయంలో అంత మొత్తం కక్కమంటే ఎట్లా బాధపడు

తాడో విచారించండి. రెండు మూడు నెలల్లో పంటలు వస్తవిగా! అప్పుడు తీసుకుందాం. అందరిం సంసార పక్షంలో వాళ్ళమే. ఆలోచించం"డని నెమ్మదిగా అంది.

"అదంతా అనవసరం. బ్రాహ్మణుడు వచ్చేవరకూ పౌర్ణమి ఆగుతుందా? వెంటనే ఆ స్థలం కొనాలి. లేకపోతే మిగిలి పోతుంది?" అన్నాడు చలమయ్య చరచరలాడుతూ.

"పోనీ, అదిమిగిలిపోతే ఇంకొకటి కొనుక్కుందాం. ఆదుర్దా పడకండి" అంది సత్యవతి.

"ఇక నీ తెలివితేటలు కట్టిపెట్టు. 15 వ తేదీ లోగా డబ్బు తెప్పించావా సరేసరి; లేకపోతే ఇక చూడు నీపాట్లు...కుక్కలుకూడా పడ"వని చరా లున లేచాడు.

సత్యవతికి కొండంత దుఃఖం వచ్చింది. ఆ సునిశిత మైన బుద్ధికి అంతులేని పరాభవం గలిగింది. గద్గద స్వరంతో "నేనూ మనిషినే. నన్ను కుక్కతో పోల్చ టానికి, నే చేసిన తప్పేమిటి? నా పేరుతో ఉన్న ఆ వెధవడబ్బును రెండుమూడు నెలల్లో తెప్పిస్తానన్న దేకా! మీరు తొందర పడకండి. నా చేతనైన ప్రయత్నం చేస్తా. ఈడబ్బు నాప్రాణం హరించటానికి వచ్చింది," అంటూ గుడ్లనీరు గుడ్ల క్రుక్కుకుంది.

"నీ వెధవసోది మానెయ్యి - తెప్పించిన తరువాత నాతో మాట్లాడు" అని చలమయ్య లేచివెళ్లాడు.

2

వెంకటరామమ్మ సత్యవతిని కాలువవైపుకు తీసుకు వెళ్లి "మీ అమ్మ నిన్ను ఇకముందు డబ్బు విషయం కబురంపవద్దంది. ఇంతవరకు 3-4 సార్లు కబురుచేసే టప్పటికి మీ బావకి చాలా కోపంవచ్చిందట. ఈ డబ్బు నీ తాతగాడి ముల్లెగాదని నీమొగుడికి ఉత్తరం వ్రాస్తా నంటున్నాడట- ఈ డబ్బు నిన్ను ఆరడిపెట్టి తెప్పించి మళ్లీ నాటకాల్లో వాడి పల్లపు పొలంలాగ తగలపెడ తాడు జాగ్రత్త అని మీ అమ్మమ్మ చెప్పింది. ఏదన్నా పొలం కొని నీపేర పెడతారట, గానీ స్థలాలకీ గిలాలకీ నీమొగుడుకి ఒకదమ్మిడీకూడా ఇవ్వరట. మీ అమ్మ చాలా కటువుగా మాట్లాడింది. మీనాన్న మాత్రం కాస్సేపు ఏడిచి "పాపం, పసిపిల్ల. అదిమాత్రం ఏం చేస్తుంది. దానిమొగుడూ అతని తాలూకువాళ్లూ నిలవ నియ్యకపోతే అట్లా కబురంపుతోంది గాబోలు. దాన్ని ఎటువంటి ఇబ్బందులు పెడుతున్నారో. యిక్కడున్న మనకేం తెలుస్తుంది. సరే 10 రోజుల్లో తమ్ముడు ఉప నయనానికి వస్తుందిగా. అప్పుడు మాట్లాడు కుందాం అన్నాడు మీనాన్న" అంది.

ఆమాటలు వింటూ సత్యవతి కూర్చోబడి "వదినా అమ్మా, బావావాళ్లు అట్లా అంటున్నారు- వీళ్లు యిక్కడ యిట్లా నిప్పులమీద నడిపిస్తున్నారు. వీళ్ల మధ్య నేను నలిగిపోతున్నా. అటు తల్లిదండ్రులూ నాకు కలిగిన బాధ ఏమిటో గమనించరు. ఇటు చేసు కున్న భర్తా నాకు కలిగిన సంకటస్థితి విచారించరు. నే నెట్లా చచ్చేదమ్మా వదినా!" అంటూ ఏడి చింది. "ఏమో నాకు అయోమయంగా ఉంది. ఈ వెధవడబ్బు నా ప్రాణం తీస్తోందమ్మా" అన్నది. వెంకటరామమ్మ ఓదార్చి యింటికి తీసుకొచ్చింది.

చలమయ్య సత్యవతిని మురికిమాట లంటున్నాడు. చలమయ్య మేనమామకూడా దానిమీదా దీనిమీదా పెట్టి మొగుడుమాటలు వినని గడుగ్గాయిలంజ లనే శాడు. ఆ మాటలు సత్యవతి హృదయాన్ని బ్రద్దలు చేసినై.

బావమరది ఉపనయనానికి తీసుకువెళ్ళటానికి చల మయ్య మామగారు వచ్చాడు. మామగారిని నిర్ల క్ష్యంగా చూచి అవమానించాడు చలమయ్య. నా మూలాన నా తండ్రికి అవమానం గలిగిందిగదా అని సత్యవతి లోపల లోపల హోరున ఏడిచింది.

మొదట్లో "నా భార్యను పంప"నని బిగిశాడు చల మయ్య. తరువాత ఒక స్నేహితుడు "నీభార్య డబ్బు తేగలుగుతుందేమో చూడ"మని సలహాయిస్తే సత్యవతిని మాత్రం పంపి తానుమాత్రం వడుగుకు వెళ్ళటం మానేశాడు చలమయ్య.

3

సత్యవతి తల్లితో తన అవస్థలు చెప్పుకుని బతి మాలుకుని యెట్లాగన్నా ఆ డబ్బు అవతల పారేసి తనని సుఖంగా కాపురం చేసేట్టు చూడమంది. ఆయన ఏ నాటకాల్లోనో తిరుగుతూఉన్నా ఇంటికి వచ్చి చక్కగా మాట్లాడుతూ ఉంటేనే చాలునని సంతో షిస్తున్నా. నన్నెందుకు దుఃఖంలో ముంచుతావని బతి మాలుకుంది. తండ్రితో "—నాన్నా! నన్ను

దయచూచి మీ రందరూ ఒడ్డున పడెయ్యండి” అన్నది. భావతో “ఎట్లాగైనా నాకోసం కష్ట మన్నా పడి నా సంసారం నిలప”మని దేవురించింది.

తల్లి మూర్ఖంగా “చా! నాకడుపున పిచ్చిపిల్లవు పుట్టావు. ఆకాస్తా వాళ్లు మింగి కూర్చున్న తరువాత ఏడుస్తూ కూర్చుంటావా? చెపితేనూ వినవు, గ్రహించనూ లేవు. చలి చచ్చినదానిలాగా పడిఉంటే ఎన్నన్నా అంటారు. మళ్ళీతిరిగి అనటం ప్రారంభించావా అంటే వాళ్ళే నోరు మూసుకు పడిఉంటా”రని బోధించింది. “ఇక నీకు చెప్పుకొన్నందువల్ల లాభంలేదు. నాజీవితం అగచాట్లకు వచ్చిందిలే” అని లోపలికి వెళ్ళి ఏడిచింది సత్యవతి. తండ్రి ఓదార్చి “ధైర్యంగా ఉండమ్మా! నీ బాధలు నేను చూచివచ్చానుగా. కొంత కాల మాగు. నే నేదో తరణోపాయం చేస్తా”నన్నాడు.

చలమయ్య సత్యవతిని కుళ్ళిచచ్చే మాటలంటున్నాడు. సత్యవతి లోపలలోపల కుమిలిపోతోంది. ఒకసారి సత్యవతి అన్నం తింటూంటే అందరిలో పట్టుకుని “ఇది ఎవడిసొమ్మని గడ్డి తిన్నట్లు తింటున్నావనీ — “ఏదన్నా పొగచేసుకు తింటే కడుపునిండక పోయిందా” అనీ నోటికి వచ్చినట్లు తిట్టాడు.

సత్యవతి అన్నం విడిచిపెట్టి గదిలోకి వెళ్ళి ఏడుస్తూ మొగుడిచేతులు పట్టుకుని “నన్ను క్షోభపెట్టకండి. ఆ డబ్బుమీద నాకు ఆశఉండి వాళ్ళదగ్గర దాచులేదండీ. ఆడబ్బు మీకిప్పించాలనే ప్రయత్నిస్తున్నానుగాని వాళ్లు పెంకివాళ్ళులాగా నన్ను... మా నాన్న మాత్రం ఏదో దోవ చెపుతానన్నాడు. చూడండీ! చేసుకున్న మీరు ఏడిపించి – కన్నవాళ్ళూ ఏడిపిస్తే నే నేమయి పోవాలి చెప్పండి”అని ఏడిచింది.

చలమయ్య పెద్దనోరు పెట్టుకుని సత్యవతిని తిడుతూ “మీ అమ్మ యిటువంటిది. మీ నాన్న అటువంటి వాడు” అంటూ తిట్టటం మొదలు పెట్టాడు. సత్యవతి ఏడుస్తూ “వాళ్ళనెందుకు నా మూలంగా తిడతారు, నే పుట్టింది వాళ్ళని తిట్టించటానికేనా? అనే దేమిటో నన్నే అనండి, దండించం”డని ఏడిచింది.

నాలుగు రోజులు గడిచినై. చలమయ్య మేనమామ ఏదో తంపిపెట్టాడు. సత్యవతి సగపడ భోజనం చేసింది. చలమయ్య గబగబా రానూను “సిగ్గూ శరం లేకుండా కుక్కలాగా వెధవ పొట్టకు తింటే సరిపోతుందా” అంటూ సత్యవతి తింటూ తింటూ ఉన్న విస్తరి చుట్టచుట్టి తీసుకెళ్లి దొడ్లో గోతులో పారేశాడు. మేనత్తా మేనమామా వాళ్లూ చలమయ్యను కూకలేసి సత్యవతిని అన్నం తినమన్నారు.

సత్యవతి ముఖం జేవురించింది. తాకిచూచినాగాని తెలియరాని ఒక వేడి ఒంట్లో పుట్టింది. కంటినీరును కూడా ఇగరకొట్టింది. సత్యవతి పసిగుండె ఎంత బరువెక్కిందో గాని నడవలేక నడవలేక గదిలోకి పోయి చాపమీద పడింది. మొగుణ్ణి గదిలోకి పిలిపించింది. ఇతర ప్రసంగ మేమీ చేయకుండా ఒక్క మాటగా “మధ్యాహ్నంచి నన్ను మా ఊరు పంపండి. ఆ డబ్బు నేను తీసుకురాగలుగుతా నేమో చూస్తా. దీనికి మాత్రం ఎదురు చెప్పకం”డని గాంభీర్యం వహించింది.

“ఎట్లా చచ్చినాసరే, ఈ మాటు డబ్బుతీసుకు రాకుండా వచ్చావంటే ఖూనీ చేస్తా” నన్నాడు చలమయ్య.

సత్యవతి చేతిలో ఉన్న ఆ చిన్నపిల్ల ఏదో నోట్లో పెట్టుకుని తుప్రక్కున తండ్రిముఖాన పడేట్టు ఉమ్మేసింది. మధ్యాహ్నం రెండుగంటలకల్లా చలమయ్య యింటికి వచ్చి సత్యవతిని మూడు గంటల కారు కెక్కించాడు.

కారు కదలపోతోంది. సత్యవతి మొగుడువంక చూచి “దయ ఉంచండి, వెడతా”నని నమస్కారం జేసి దివ్యమైన ఒక చిన్నవ్వు నవ్వింది. కారు కదిలింది. ఆ నవ్వు చలమయ్య హృదయాకాశంలో పండు వెన్నెలయి హృదయం చల్లపడింది.

ఆ నిష్కల్మషమైన ప్రశాంతమైన ఆ సత్యవతి నవ్వుతో ముఖం చంద్రబింబ మయింది. పూర్ణచంద్రుని చూచి సముద్రం పొంగినట్లు చలమయ్య హృదయం ఆ క్షణంలో హద్దుతప్పి సత్యవతిని చుట్టూకమ్మి నిలబెట్టి తనలో ముంచుకుందా మన్నంత పొంగు బయలుదేరింది. ఇదంతా ఆ పిల్ల నవ్వులోంచి పుట్టిన అమృతంలాగా కనుపించింది. సత్యవతిలో ఒక దివ్య స్త్రీ ప్రవేశించినట్లు కనుపించింది గాబోలు.

కారును ఆపి సత్యవతిని దింపుకుందా మన్నంత ఉద్రిక్తుడైనాడు చలమయ్య. “నన్ను నువ్వెందుకో గలవా” అన్నట్టు కారు అదే పోత పోతోంది. క్షణంలో ముంచుకు వచ్చిన ఆ ప్రేమ వెల్లువ

యొక్క లోతు ఎంతో చూస్తున్నట్టు చలమయ్య ఆ కారువైపు తిరిగి చెయ్యి ఎత్తాడు.

ఇంత తెల్లవనీ యీ చంటిపిల్లను బుజాన వేసికొని అవలీలగా ఈదగల నన్నట్లు చలమయ్యను చూచి నవ్వుతూ, నవ్వుతూ నిమిషంలో కను మరగిపోయింది సత్యవతి. సత్యవతి హృదయం దూదిపింజలాగ తేలికై చంద్రకిరణాల్లోంచి స్వర్గ సుఖాలకు ఎగిరిపోతోంది. చలమయ్య హృదయం బరువై ఊపిరి సలుపని భూ గర్భ గుహలలోంచి పాతాళానికి దించుకు పోతోంది.

౫

అనుకోనట్టుగా వచ్చి కళ్ళపడ్డ కూతుర్ని చూచి సంతోషించాడు తండ్రి. మనమరాలిని తీసుకుంది తల్లి. డబ్బు విషయంలో అడంకుగా ఉన్న తండ్రి "మళ్ళీ ఏమన్నా మునిగిందా, తల్లీ"? అన్నాడు.

"ఏడిచారు - వాళ్ళచావు అట్లాచస్తూనేఉంటారు. పిచ్చిపిల్లగాబట్టి వాళ్ళు ఎట్లా ఆడిస్తే అట్లా ఆడుతోంది. ఇంకోపిల్ల అయితే వాళ్ళనీ వాళ్ళచేష్టల్నీ తూరుపార పెట్టేది. ఇదేనా? మాపిల్ల చాలా తెలివి తేటలయిందని మురుసుకుంటా"రని తల్లి తండ్రిని వెటకారం చేసింది. "దాని తెలివితేటలు నీ అటువంటి గడుగ్గాయిలకేం తెలుస్తా"యని తండ్రి నవ్వాడు. "ఆ! కనపడుతూనే ఉన్నై" అని తల్లి చెప్పింది.

రాత్రి భోజనాలైనై. హాల్లో అందరూ మంచాలు వేసుకుని యిష్టాగోష్ఠి ప్రారంభించారు. సత్యవతి - ఆ డబ్బు తనపేర ఉండటంచేత - అది వాళ్ళకు యియ్యక పోతే తన సంసారానికి వచ్చిన అగచాట్లూ - తనకు కలిగిన అవమానం - అమర్యాదా అంతాచెప్పి చివరకు "ఈ డబ్బుముఖ్యమో - నా సంసారం ముఖ్యమో మీరు యిప్పుడే తేల్చం"డని అడిగింది.

తండ్రి బిగలాపడ్డాడుగాని తల్లిమాత్రం "ఏడిచావులే! ఎప్పుడూ నీకీ గొడవే - వాళ్లిట్లా ఏడుస్తూనే ఉంటారు. నువ్వు మొండిచరిచి ఊరుకుంటే వాళ్లే నోరుమూసుకు పడిఉంటారు. ఈ విషయం ఎందాకా చెప్పనే తల్లీ - తెలివితేట లుండాలి. ఇక పడుకో" అని చిచ్చి కొట్టింది.

"అమ్మా! నిప్పులగుండాల్లో కాపురం చేస్తున్నా కోసం ఆ డబ్బు పారపోసి నన్ను బయటికి తీయలేకపోతున్నావుగా! నీకడుపులో పెట్టి పెంచిన నాకంటె ఆ డబ్బు ఎక్కువయిందిగాదూ! సరే కానీ ఆ డబ్బునే వడ్డీల కేసి పెంచుకో" అని చిక్క మొఖం వేసింది సత్యవతి.

తండ్రి గుండె గుభేలుమంది. "చాతావాతాగాని దానివి. తెలివిలేదు, తేటాలేదు. ఇక పడుకో"మని తల్లి గదమాయించింది. పొద్దునే సత్యవతి బావ వచ్చాడు. సత్యవతి బావతోగూడా అదేప్రకారం చెప్పి "మొన్న మహాస్నూలయిన డబ్బిచ్చి నన్ను పంప"మని దేవులాడింది. "నన్ను హాయిగా కాపురం చేయనీ" అంది. తండ్రి ఎటూ చెప్పలేక ఉక్కిరి బిక్కిరి అయాడు.

బావగారు ఉగ్రుడై "వాళ్లేమిటి? వాళ్లచేష్ట లేమిటి? మాట్లాడితే చిన్న పిల్లనిట్లా ఒంటరిగా డబ్బుడబ్బంటూ పంపుతారా! ఆ డబ్బు వాళ్లతాతగాడి ముల్లె అనా! కనుక్కుందాం. దాన్ని యిట్లా యిబ్బంది పెడతారా? పది మందిలో చెప్పి పేడనీళ్లు కొట్టిద్దాం. పదండి మధ్యాహ్నం నుంచీ పోదా"మని అందరూ నిశ్చయించుకున్నారు. సత్యవతి "వాళ్లుపంపలేదు. నేనే వచ్చా"నంది.

"నీకేం తెలియదులే. అసలే వెఱ్ఱిబాగుల పిల్ల"వని బావగారు గదమాయించి "మధ్యాహ్నంనుంచి మాతో బయలుదేరు, భయంలేదులే. నిన్నేమన్నా యింకా అన్నారంటే-చేశారంటే పోలీసు రిపోర్టులుచేసి దుంప పెల్లగించేస్తా"మని బావగారు గడబిడచేశాడు.

అందరూ భోజనాలుచేసి సిద్ధమయారు. సత్యవతి బయటున్నానని చెప్పి అవతల అరుగుమీద కూర్చుంది. "నీ ప్రారబ్ధానికి తగినట్టు పదిహేను రోజుల్లోనే మాయ ముట్టు వచ్చిందా" అని తల్లి సణిగింది. బావగారు ప్రయాణం విరమించి నీళ్లనాడు పెట్టుకున్నాడు.

౬

సత్యవతి తాను చేయగలిగింది ఏమిటా అని దిజ్ఞాస పడింది. కాస్సేపు తోటదొడ్లోకి వెళ్లికూర్చుంది. తల్లి యింత కఠినురాలవటానికీ, బావ పట్టినపట్టు విడవక పోవటానికీ - తండ్రి అమాయికత్వమూ - భర్త యొక్క నిరాదరణమూ - పసిపిల్లదాని ప్రేమా తలుచుకు తలుచుకు ఏడిచింది. ఆ ఏడుపులో ఒకపెద్ద నిట్టూర్పు వచ్చింది. ఆ నిట్టూర్పులో "ఓసీ! సతీ! నీ పాపం ఎట్లా పండిందే" అని ఒక్క మాట పైకి వచ్చింది. కాస్సేపు ఏదో ఆలోచించుకుంది. భర్తనిరాదరణకూ, తల్లిదండ్రుల నిరాదరణకూ మధ్యనలిగి సతి అట్లా చేసిందిగా" అను

కుంది. నేను బొటనవ్రేలితో అగ్ని పుట్టించలేనుగా! అనుకుంది. మూడు కాగితపు ముక్కలు తీసుకువచ్చింది. ఎకాఎకి గదిలోకి పోయి తలుపు వేసుకుని ఒక క్షణానికి బయటకి వచ్చింది.

వచ్చినప్పటినుంచీ ఆ పిల్లను చంక వేసుకొని దానితో ముద్దులాడుకుంటూ బావగారింటికీ పెత్తండ్రిగారింటికీ ఇంకా కొంతమంది యిళ్ళకూ వెళ్ళి అందరితోనూ కులాసాగా మాట్లాడి వచ్చింది. ఆకులాసా చూచి తల్లి "పిచ్చిపిల్లా! నీకు సంతోష మొచ్చినా ఆపుకోలేవు, దుఃఖమొచ్చినా అణుచుకోలేవు. ఎందుకట్లా తిరుగుతా? గుప్పెడు మెతుకులు తిని అరుగుమీద పడుకోక?" అంది.

సత్యవతి పెద్దనవ్వునవ్వి "అమ్మా! అట్లా ఒక్క అయిదు నిమిషాలు అట్లా నుంచో! నిన్ను కరువుతీరా చూస్తాను తమ్ముడిని కూడా ఎత్తుకునుంచుంటే మరీ సంతోష"మంది,

"నీ క్షేమన్నా పిచ్చిపట్టిం దేమిటే? నోరు మూసుకు పడుకో"మంటూ లోపలికి వెళ్ళింది తల్లి.

తండ్రిని పిలిచి "నాన్నా! నువ్వు మనమరాలిని నేను చూస్తూ ఉండగా ఒక్కసారి ఎత్తుకుంటూ"అని అడిగింది. "అమ్మా! దానికేమి? మా తల్లి గదే"అని తండ్రి మనమరాలిని నెత్తిమీద ఎక్కించుకున్నాడు. వెంటనే సత్యవతి గదిలోకి వెళ్ళిపోయింది.

రాత్రి భోజనాలైనై. అంతా పండుకున్నారు. ఇంట్లో పాతఘడియారం 10—11—12 ఒంటిగంట కొట్టింది. అరుగుమీద పిల్ల "అమ్మా! అమ్మా! అంటూ ఏడుపు ప్రారంభించింది. పిల్ల ఏడుస్తోంది, సముదాయించవేమే సత్యం" అని తల్లి పిలిచింది. సత్యవతి పలకలా. "మాట్లాడవేమే మూగదయ్యావా" అంటూ తలుపుతీసి మెల్లాలోకివచ్చింది. సత్యవతి ప్రక్కమీద కనుపించలా. అమ్మాయ్ - అమ్మాయ్ అంటూ ఆవరణంతా పిలిచింది. ముందు కాంపౌండుగేటుతలుపు గడియ వేసుకునే ఉంది.

"ఏమండోయ్- సత్యం ఏమయిందండీ? కనపట్టలేదు. ఇట్లా రారేం" అని మొగుణ్ణి పిలిచింది. ఆ గందరగోళంలో చుట్టుపట్లవారందరూ చేరారు, దొడ్లూ దోవలూ వెతికారు. నూతులూ గోతులూ వెతుకుతున్నారు. తల్లి లబాయిలూ దిబాయిలూ వేస్తోంది. తండ్రి మొద్దుబారిపోయాడు. అందరూ ఎవరుపడితే వారు "చూడండిరా! చూడండిరా! అంటున్నారు. కొంతమంది చెరువుచుట్టూ తిరుగుతున్నారు. తూర్పు రేకలు తెల్లవారినై.

కొంతమంది మాలవాళ్లు "మన పెద్దనూతిలో ఆడమనిషి చచ్చి తేలిఉందని గుబ్బిస లాడుతున్నారు. ఆసంగతి పెద్దమాలవచ్చి మునసబుగారితో చెప్తున్నాడు. ఇంకేముంది? సత్యవతేనని అందరూ పరిగెత్తారు.

సత్యవతి కళేబరాన్ని యింటికి తెచ్చేప్పటికి 9 గంట లయింది. ఆ నవ్వుముఖం చూచినవాళ్ళంతా ఆశ్చర్యపోతున్నారు.

చాకలివచ్చి ముట్టుచాపా, బట్టలూ సర్ది "ఇవిగో 3 కాగితా"లని సత్యవతి తండ్రి కిచ్చింది. "అయ్యో! దేముడా! అవి నేను చదువలేనరో" అని విరుచుకుపడి అరుగును ఆనించి పసుపూకుంకుమా అలంకరించి కూర్చోపెట్టిన శవం వేపు తిరిగి, "తల్లీ! నీనోటిమాటలు నేను వినలేదని నాకు కాగితంమీద వ్రాసి చూపించావా? తల్లీ! ఈ ప్రయాణం సిద్ధంచేసుకునా నేనుచూస్తూ ఉండగా ఈ పిల్లనెత్తుకోమని నాకు అప్పచెప్పావా? తల్లీ అని అలుకలాడి భార్యను పిలిచి "చూచావా! నీ పిల్ల ఏమి తెలివితేటలు గలదన్నావు - సతీదేవిలాగా దేహం విడవలా?" అని వలపోశాడు.

తల్లి బావురు మని ఏడ్చి "బాబో! దానిమాటలు చెప్పి చంపెయ్యకండో! నే నెట్లా బ్రతుకనో" అని మొగుడు కాళ్లమీద పడింది.

ఆ తెల్లవారకట్టే సత్యవతి కనిపించటం లేదని చలమయ్యకు చెప్పటానికి మనుష్యులు వెళ్ళారు.

ఆ రాత్రి కలలో తనను స్వర్గసుఖాలు అనుభవింపచేసిన నా సత్యవతి కనపడక పోవటమేమని చలమయ్య ఆదుర్దాగా పరుగెత్తి సైకిల్ మీద పడి వచ్చేశాడు.

ఇంటి ముందుకు వచ్చేవరకూ ఎవరూ ఏమీచెప్పలా సందుమూల తిరిగేప్పటికల్లా జనం ఇంటిముందు గుంపులు గూడిఉన్నారు. సరాసరి ఆదుర్దాపడుతూ సైకిల్ దిగాడు. చుట్టూ ఉన్నవాళ్లు దోవ యిచ్చారు. శవస్వరూపంగా ఉండి నవ్వుతూ ఉన్న ఆ భార్యముఖం చూచాడు. ఆ నాడు కారులో చూచిన ముఖం జ్ఞప్తికివచ్చింది. ఆచేత

నుపై నిలబడిపోయాడు. అత్తగారు "చేతులారా మా తల్లి ప్రాణం తీశాం దేముడా" అని పెద్దశోకం పెట్టింది. చలమయ్య గుండె అవిసిపోయింది."

కొంతసేపటికి తెలివివచ్చింది. "ఇదిగో నీ భార్య నీకు వ్రాసిన ఉత్తరం" అని ఎవరో చేతికి చీటీయిచ్చారు. చలమయ్య ఆపాదమస్తకం వణికిపోతోంది. చీటీ విప్పాడు.

"ప్రాణేశ్వరునకు నమస్కారములు. నా ఆయుస్సంతా 22 సంవత్సరములలో ముగించుకుపోతున్నా. దీనికి మీరు బాధ్యులుగారు. నేను సుఖసంసారం చేసుకోలేకపోయినా. చిన్నపిల్లను నా ప్రాణంగా పెంచండి. సెలవు."

ఆ చీటి చదివాడు. ఆ వణుకుతో ఆ శవం యెదుటికి వెళ్ళినుంచున్నాడు. కడుపులోంచి ఒకపెద్ద ఆవేశం వచ్చింది. ఎక్కిళ్ళతో ఏడుపువచ్చింది. ఆ యేడుపులో "సత్యవతీ! నీకు నమస్కారం" అన్నాడు. భోరున ఏడిచాడు. "నేను దౌర్భాగ్యుణ్ణి. నీ అటువంటి యిల్లాలి వెంట రాలేకపోయినాను, నాకు సెలవియ్యి. నీ ముఖం చూడలేను. ఎదుటకూడా ఉండలేను. నీ ప్రాణంలాగ ఉన్న ఆ పిల్లనుమాత్రం ఈ వెధవ చేతులతో ఎట్లా తాకగలను- సత్యవతీ! నీజీవితం ధన్యంచేసుకున్నావుపో దయఉంచి ఎప్పుడైనా కలలో కనపడి నన్ను చూచిపోతూ ఉండు. నీకు నమస్కారం" అంటూ ఏడుస్తూ బజారు వెంట పడ్డాడు.

ప్రకృతి-సహజవైద్య సచిత్ర మాసపత్రిక.

మానవులకు వ్యాధులు రాకుండునట్లు సృష్టిలో నుండు తక్కిన జీవులవలె యెటుల స్వాభావిక జీవనము చేయవలయునో, యే యే ఆరోగ్యసూత్రముల ననుసరించి పరమావధిని పొందవలెనో బోధించును. వ్యాధి వచ్చిన తరువాత మందు శస్త్రములకుకూడ లొంగని దైహిక మానసిక వ్యాధులను, స్వభావసిద్ధము లగు మట్టి,ఆహారము,నీరు గాలి, సూర్యకిరణములు, యోగ, వ్యాయామ, ఉపవాస, విద్యుత్కాంతి శక్తి మొదలగువాని సహాయమున చికిత్సల చేయువిధమును, అటుల వ్యాధి కుదిరినవారి చరిత్రలను, నిర్వికార (ఋషి) జీవనమును వివరించును. ప్రస్తుతమానవులు నాగరకత అనుకొని అజ్ఞానవశమున చేయు దుష్కార్యముల తీవ్రముగ ఖండించును. మాదిరి పత్రిక ఉచితము సం॥ర చందా రు 3-0-0.

మేనేజరు, ప్రకృతి కార్యాలయ ట్రస్టు, బెజవాడ.

శ్రీ రామకృష్ణ ప్రకృతి చికిత్సాలయము

మునులతోట, రేపల్లెతాలూకా, గుంటూరుజిల్లా.

ఇచ్చట ఔషధములు, ఆపరేషనులు, ఇంజక్షనులతో నిమిత్తము లేకుండ యోగవ్యాయామ వివిధ ప్రకృతి చికిత్సా విధానములచే కుష్ఠు, బొల్లి, ఉబ్బసము, క్షయ, మూర్ఛలు, పిచ్చి, వంధ్యాత్వము మరియు సుఖవ్యాధి మొదలగు మానవులకు సంక్రమించు సమస్తవిధము లగు శారీరక మానసికము లగు రుగ్మతలు నివారింపబడును. మరియు స్థూలదేహులు సన్ననివారుగను, దుర్బలశరీరులు బలిష్ఠులుగను, అందవికారులు సౌందర్యవంతులుగను చేయబడుదురు. బీదలకు మాత్రము ఉచితముగా చికిత్స చేయబడును. వివరములు కోరువారు 0-4-0 పోష్టుబిళ్ళలు పంపించినచో "ప్రకృతి వైద్య"మను గ్రంథము పంపబడును.

11-వ ప్రకృతివైద్య శిక్షాశిబిరము

బెజవాడలో మే 1 వ తేదీనుండి 15 వ తేదీవరకు జరుగును. శిబిరమునకు వచ్చే విద్యార్థులు, రోగులు, రోగి బంధువులు, ప్రేక్షకులు మొదలగు వారు యెవరి ఆహారవ్యయములను వారు భరింప సిద్ధమై రావలెను. ఒకలాంతరు, ఒకచాకు, ఒకఫలహారపాత్ర, ఒకమంచినీరు త్రాగే లోటా, కౌపీనములు, తుండుగుడ్డలు, పక్కగుడ్డలు, చదువుకొను గ్రంథములు, వ్రాసుకొను పరికరములు తమవెంట ప్రతివారును తెచ్చుకొనవలెను. తాము మోయలేని బరువునుగాని, తాము రక్షించుకొనలేని ఆభరణాదులనుగాని యెవరును తమవెంట తేనక్కరలేదు అని మా సలహా. శిబిరకాల మంతయు వృక్షములనీడను శయనింపవలసి యుండును. శిబిర నిర్వాహకు లమర్చునట్టి ఫలములు, ధాన్యములు, కూరలను మాత్రమే ఆహారముగా తీసుకొనవలెను. శిబిర ఆవరణలో వంటలుచేసుకొనుటకు వసతి దొరుకదని తెలిసియే శిబిరమునకు రావలెను.

శిబిరము చాల ఆహ్లాదకరముగా నుండుటకు శిబిరనిర్వాహకులు శ్రద్ధతీసుకొనుచున్నారు. ఇంకొక ప్రకటన వెలువడు లోపలనే శిబిరము ఆరంభమగునుగాన యింకను వివరములు కోరువారు "అయ్యంకి వెంకట రమణయ్యగారు, ఏ. జి. ప్రెస్, బెజవాడ"కు నూటిగా వ్రాసి తమ సంశయ ములను తీర్చుకొనవలెను.

మీలో యెందఱు యీ సదవకాశమును వినియోగించుకొందురో చూడవలసియున్నది. శిబిర కాలమున ప్రకృతి వైద్యమునకు సంబంధించిన గ్రంథములు వెలకు శిబిరములో లభించునుగాన తపాలవ్యయములను తప్పించుకొనదలచినవారు తమకు కావలసిన గ్రంథములను శిబిరములోనే కొనుట యుక్తము. హుషార్! మీ దరఖాస్తు యిప్పటికే పంపనియెడల యిప్పుడైనను పంపండి.

1—4—43.
బెజవాడ.

అయ్యంకి వెంకటరమణయ్య,
వ్యవస్థాపకుడు.

ప్రకృతి కార్యాలయట్రస్టు, 1943 సం॥ ఫిబ్రవరి నెల జమా ఖర్చులు.

జమ: వెనుకటినెల నిల్వ 84-0-6, ప్రకృతి పత్రిక 129-3-0, పుస్తకములు 58-15-0, తిరుగళ్లు 5-0-0, బాకీలు 50-6-9, యిండ్ల అద్దెలు 12-0-0. వెరశి 339-9-3.

ఖర్చులు: ప్రకృతి పోస్టేజీలు 6-7-9, పుస్తకములపోస్టేజీలు 1-14-0, మిస్‌లేనియస్ 0-12-0, స్టేషనరీ 0-12-0, జనరల్‌పోస్టేజీలు 4-3-6, ప్రింటింగు అడ్వాన్సు 3-0-0, పన్నులు 0-13-0, నౌకర్లు 17-0-0, భరణం 25-0-0, బాకీలు 44-6-9, నిల్వరొఖ్ఖం 235-4-3, వెరశి 339-9-3.

యల్. సుదర్శనరావు,
మేనేజరు. 30-3-43.

కనీనికా నిదానము
(కాపీరైటు)

శ్రీ మృత్తింటి ఆంజనేయులు

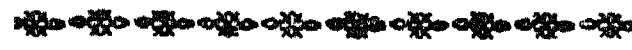
V

దేహములో మారుమూలలనున్న ప్రతిచిన్న అవయవమునకును కనీనికలో ప్రతినిధి భాగముండునని వెనుకటి అధ్యాయమున చదివినాము. ప్రతిచిన్న అవయవమును తన పనిని తాను సంతృప్తికరముగా చేయుచున్నంత వరకును ఆ అవయవమును తెలుపు ప్రతినిధి భాగములో యేమీ మార్పు కానరాదు. ఆ అవయవము తన పనిని సంతృప్తికరముగా చేయలేని యెడల ప్రతినిధి భాగములో మార్పు కనబడును. ఈ మార్పు రెండువిధములుగా కనబడును. ఒకటి ప్రతినిధి భాగములోని రంగు మారవచ్చును. అదివరకల్లా అన్నిప్రతినిధి భాగములలోను ఒకే రంగు ఉండును. అవయవము సరిగా పనిచేయని ప్రతినిధి భాగములోని రంగు మారిపోవును. అంతవరకు కనీనిక లేతగోధుమరంగుగా నున్నయెడల యిప్పుడు ముదురురంగు కనబడును.

ఇక రెండవ విధమేమన ప్రతినిధి భాగములోని రంగులో మార్పేమియు రాదు. ప్రతినిధి భాగములో ఒక నల్లటి గీత కనబడును. ఒక అవయవము రెండు మూడు కారణముల వలన స్వధర్మమును నిర్వర్తించ లేకపోవును. వంశానుగతముగా వచ్చిన రోగ ప్రవణత వలన ఒక అవయవము తన ధర్మమును సరిగా నిర్వర్తించలేకపోవును. సోదాహరణముగా చెప్పవలెనంటే సంగమకాలమునందు తల్లిదండ్రులిద్దరిలో యే ఒకరైనను శ్వాసాశయక్షయతో బాధపడుచున్నయెడల కలుగబోవు శిశువులోను ఊపిరితిత్తులు బలహీనముగానే ఉండును. (గర్భధారణకాలమునందును, ప్రసవించినతరువాతను ప్రకృతి సూత్రములకు అనుగుణముగా జీవించినయెడల యీ రోగ ప్రవణత అంతరించును. ఊపిరితిత్తులు బలపడును.)

అనుక్షణమును దేహములో తయారగు, బయటకు పోక లోపలనే నిలచిపోయిన, ఘన, ద్రవ, వాయురూపమైన మలినములు, దేహములోనే నిలువయుండి అంతరవయవముల కదలికకు అడ్డుపడుటచే అంతరవయవములు తమ ధర్మములను నిర్వర్తించ లేకపోవును.

తరుణ రోగములను మందులతో అణచిపెట్టుదురు. ప్రకృతివైద్య ప్రక్రియవలన రెండు ఫలితములు కలుగును. ఈ రెండు ఫలితములును వ్యతిరేకముగా నుండును. క్రియాఫలితముగా చలువ కలిగిన, ప్రతి క్రియా ఫలితముగా వేడి కలుగును. చన్నీటి కటిస్నానము వలన క్రియాఫలితముగా చలువ కలుగును. ప్రతిక్రియాఫలితముగా వేడి కలుగును. ప్రకృతివైద్యమువారు ప్రతిక్రియాఫలితమునే ప్రధానముగా తీసికొనెదరు. మందువైద్యమువారు క్రియాఫలితమునే ప్రధానముగా తీసికొంటారు. (వివరముల గోరువారు మాచే రచింపబడు 'లిండ్లహార్' అను పుస్తకమును చదువవచ్చును.) మందులలోని ప్రతిక్రియా ధర్మము ననుసరించి అంతరవయవములు తమ



స్వధర్మమును నిర్వర్తించ లేకపోవును. చచ్చుపడిపోవును.

ప్రమాద వశమున కలిగిన దెబ్బల వలననూ అంతరవయవములు తమ పనిని తాము నిర్వర్తించ లేక పోవును.

ఏ అవయవము తన స్వధర్మమును నిర్వర్తించదో ఆ అవయవమును తెలుపు కనీనికా ప్రతినిధి భాగములో మార్పుకనబడును.

ఇన్ని వివరములు కనీనికలో కనబడునుగాని ఒక సంగతి మాత్రము కనీనికలో కనబడదు. గర్భము ధరించి నపుడు ఆడువారి దేహములోని అంతరవయవముల ధర్మములు మారును. ప్రతినెలా బయటకు వెడలిపోవు ఋతు రక్తము బయటకు పోక పిండమును పోషించుటకు సహాయపడును. అందులోనే కొంతభాగము పుట్టబోవు బిడ్డకు ఆహారము చేరుటకై తల్లి స్తనములందు చేరి స్థౌల్యమును కలుగ జేయును. గర్భధారణకాలమునందు కలుగు అసంఖ్యాకములగు అంతరవయవముల ధర్మముల మార్పులలో యిది ఒకటి. అంతరవయవముల ధర్మములలో మార్పు కల్గినప్పటికినీ కనీనికలో మాత్రము యేమియు మార్పు కానరాదు. గర్భధారణము ఆడువారికి సహజధర్మముగాన కనీనికలో మార్పు కానరాదు.

మరొక అవాంతరము కూడ కలదు. క్లోరోఫారము, కొకెయిను మొదలగు మత్తుమందుల నిచ్చి ఆపరేషను చేసినప్పుడు మత్తు ఉన్నంత వరకును కనీనికలో యేమియు మార్పు కానరాదు. మత్తు తెలిసిన తదుపరి తొలగించబడిన అవయవము పోయినట్లుగా కనీనికలో గుర్తు కనబడును. ఆపరేషన్లు దేహమునకు విజాతీయ మైనవి గాన ఆ అవయవముల తెలుపు కనీనికలోని ప్రతినిధి భాగములో ఒక మూల గీతలు కనబడును. ప్రమాదవశమున అంత రవయవములు విరిగిపోయినయెడల ఆ అవయవమును తెలుపు కనీనికా ప్రతినిధి భాగములో నిలువుగీతలు గాని, అడ్డగీతలు గాని కనబడును.

మత్తుమందు నిచ్చినపుడు దేహమంతా చచ్చుపడిపోవును, దేహమునకు కలుగు బాధలను జ్ఞాననాడులు మెదడునకు తెలియచేయలేవు. అందువలన దేహములోని మారుమూల నున్న నాడులలో కల్గిన చలనమునకు కనీనికలోని నాడులలో ప్రతిచలనము కలుగదు. అందువలన మత్తు ఉన్నంతవరకును అవయవములు పోయినట్లు కనీనికాప్రతినిధిభాగములో గుర్తులు కనబడవు. మత్తు దిగిపోగానే దేహవ్యాపార మంతా మామూలుగా జరుగును. జ్ఞాననాడులు తమ పనిని తాము చేయును. అప్పుడు పోయిన అవయవమునకు గుర్తు కనీనికలోని ప్రతినిధి భాగములో కనుబడును.

దేహములో యిముడు సజాతీయమైన పదార్థము లేవియు కనీనికలో కనుబడవు. కూరలలోను, పండ్లలోను ఉండు సేంద్రియ లవణములన్నియు దేహమునకు సజాతీయమైనవి గాన కనీనికలో కనబడవు. పండ్లు, కూరలు, యెంత యెక్కువగా తినినప్పటికిని కనీనికా ప్రతినిధి భాగములలో యేమియు గుర్తులు కానరావు. భూమినుండి త్రవ్విన ఇనుము, గంధకము, భాస్వరము మొదలగు లోహము లన్నియు దేహమునకు విజాతీయములు. వీటి స్వభావము వేరు, లక్షణములు వేరు. దేహములోని రక్త

ముతో యీ ఖనిజములనుండి తయారుచేసిన మందులు కలియవు. సారూప్యమును పొందవు. కొన్ని ఖనిజములు కొన్ని అవయవములలో చేరుకొనును. ఆ అవయవమును తెలుపు కనీనిక లోని ప్రతినిధి భాగములో ఖనిజముల రంగు కనబడును. కనీనికకు సహజముగా నుండవల సినరంగు (శ్వేతగోధుమ, శ్వేతనీలము) ఉండదు. రంగు మారిపోవును.

దేహములోని అంతరవయవములు యెట్లు ఒక దాని వెంబడి మరియొకటి ఉన్నవో అట్లనే కనీనికలోని ప్రతినిధి భాగములును ఉండును. ఎట్లాగంటే కనుపాప చుట్టూనుండు యేడు ఆవరణలలోను మొదటి ఆవరణ జీర్ణాశయ మును తెలుపును, రెండవ ఆవరణ చిన్న ప్రేగు లను తెలుపును. కనుపాపచుట్టూ నుండు మూడవ ఆవరణ స్వతంత్ర నాడీమండలమును తెలుపును. కుడికనీనికలో చిన్న ప్రేగులలో సగమును, ఊర్ధ్వముఖాంత్రమును, సరళాంత్ర ములో సగమును ఉండును. ఎడమకనీనికలో చిన్నప్రేగులలో సగము, సరళాంత్రములో సగము, అధోముఖాంత్రము ఉండును. మామూలుగా చూచిన యెడల కుడికనీనికలో అధోముఖాంత్రము కనుబడదు. మామూ లుగా చూచినయెడల ఎడమ కనీనికలో ఊర్ధ్వ ముఖాంత్రము కనబడదు. చిన్న ప్రేగుల చుట్టునుండు ఆవరణ అనగా మూడవ ఆవరణ స్వతంత్రనాడీ మండలమును తెలుపును.

మిగిలిన అవయవము లన్నియు స్వతంత్రనాడీ మండలము నుండి బయలు దేరును గాన మూడవ ఆవరణ తరువాతి నాల్గు ఆవర ణలలోనే- మిగిలిన అవయవము లన్నియు ఉన్నవి.

దేహ వ్యాపార మంతా జీర్ణమండలము మీదనే ఆధార పడినది. దేహములోని మారు మూలలనున్న కండరములకును, నాడులకును, సక్రమముగా పనిచేయుటకు యథాక్రమమైన ఆహారము అవసరము. జీర్ణ యంత్రములు బాగుగా పని చేయుచున్ననేగాని ఆహారము సక్రమముగా అందదు. పనిచేయని యెడల ఎక్కువ తక్కువలుగా అందును. అందువలన ఆ అవయవములు తమ ధర్మమును నిర్వర్తించ లేక కుంటుపడును.

స్వతంత్ర నాడీమండలము బాగుగా పనిచేయు చున్ననేగాని దేహములోని మారుమూల నున్న కణమునకును, అవయవమునకును ధాతుశక్తి సక్రమముగా అందదు. హృద యము సంకోచము నొందుట, వ్యాకోచము నొందుట, మూత్రపిండములు మూత్రమును వడియ గట్టుట మొదలగు స్వతంత్రకార్య కలాప మంతా యీ స్వతంత్ర నాడీ మండ లముయొక్క అదుపులోనే ఉండును. స్వతంత్ర నాడీమండలము నుండియే అనిచ్ఛాపూర్వక కార్యకలాప మంతా బయలు దేరు ననుటకు గుర్తుగా యీ ఆవరణ తరువాతనే మిగిలిన నాల్గు ఆవరణలును గలవు.

దేహములో తల యెట్లు పై భాగమునందుం డునో అట్లనే తలను తెలుపు ప్రతినిధిభాగ మునూ కనీనికలో పైననే ఉండును. మిగిలిన అవయవము లన్నియు దిగువగనే ఉండును. చేతులను తెలుపు ప్రతినిధి భాగములు ప్రక్క లనే ఉండును. కాళ్ళను తెలుపు ప్రతినిధి భాగములు క్రిందనే ఉండును. (అనగా కనీని కలోని క్రింది సగములోని అడుగుననే ఉం డును.) కుడిచేతితో లాఘవముగా పనిచేయు

వారి తెలివి తేటలన్నియు మెదడులో యెడమవైపున ఉండును. ఎడమచేతితో లాఘవముగా పనిచేయువాని తెలివి తేటలన్నియు మెదడులోని కుడివైపున ఉండును.(ఎందువలన యిట్లు వ్యతిరేకముగా నుండునదీ శరీర శాస్త్రము చదివినవారికి తెలియును.) మెదడు నుండి బయలుదేరిన నాడులు మజ్జాముఖము దగ్గఱ కుడి యెడమలకు మారును. కుడివైపునుండి బయలుదేరిన నాడులు యెడమకును, యెడమనుండి వచ్చిన నాడులు కుడికిని పోవును. మెదడునుండి బయలుదేరిన దృజ్ఞాడులు మరల కుడియెడమలకు పోవును. రెండుతడవల (కుడినుండి యెడమకును, యెడమనుండి కుడికిని) మారుటచే అవయవములలోని లోపములన్నియు (అనగా కుడిపార్శ్వములోని లోపములు కుడికనీనికలోను, ఎడమపార్శ్వములోని లోపములు ఎడమకనీనికలోను) కనపడును. మెదడునుండి బయలుదేరిన దృజ్ఞాడులు ఒకతడవే కుడినుండి యెడమకును, యెడమనుండి కుడికిని వచ్చుటచే కుడి మెదడులోని లోపములు ఎడమకనీనికలోను, ఎడమ మెదడులోని లోపములు కుడి కనీనికలోను కనబడును. ముచ్చిలిగుంటకు క్రిందనున్న కుడిప్రక్కన ఉన్న అవయవములలోని లోపములు కుడికనీనికలోను, ఎడమప్రక్కనఉన్న అవయవములలోని లోపములు యెడమకనీనికలోను కనబడును. ముచ్చిలిగుంటకు పైభాగములోని కుడివైపు అవయవములలోని లోపములు ఎడమ కనీనికలోను, ఎడమవైపు అవయవములలోని లోపములు కుడికనీనికలోను కనబడును.

ఇట్లు కుడి,యెడమలందు వ్యతిరేకముగా నున్నప్పటికిని దృజ్ఞాడులు కుడినుండి యెడమకును, యెడమనుండి కుడికిని వచ్చుటచే, కుడిమెదడులోని లోపములు కుడికనీనికలోను, ఎడమ మెదడులోని లోపములు ఎడమకనీనికలోను కనబడును.

కుడిప్రక్కన ఉన్న అవయవము లన్నియు కుడికనీనికలో కనబడును. కుడి ఊపిరితిత్తి, లివరు కుడికనీనికలో కానవగును. ఎడమ ప్రక్కన ఉన్న అవయవములు, యెడమ కనీనికలో కానవగును. హృదయము, ప్లీహము యెడమభాగమున ఉండుటచే యెడమ కనీనికలో కనబడును.

ఊపిరితిత్తులు,మూత్రపిండములు రెండుఉండును గాన, కుడి యెడమ కనీనికలలో రెంటిలోను కనబడును. ముక్కులు, కన్నులు, చెవులు, వృషణములు రెండు కనీనికలలోనూ కానవగును. మొత్తముమీద చెప్పవలెనంటే నొసటినుండి బొడ్డుమీద తిన్నగా గీతను గీచి దేహమును రెండుభాగములు చేసినయెడల కుడిభాగములోని అవయవములు, కుడికనీనికలోను, ఎడమ భాగములోని అవయవములు, యెడమకనీనికలోను కనబడును.

ఇంత ప్రత్యక్షముగా ఒక ప్రతినిధిభాగము వెంట మరి యొక ప్రతినిధిభాగము, దేహములో అంతరవయవములు ఉన్న వరుసను బట్టి, ఉండుటచే,యీ నిదానము ప్రత్యక్ష శాస్త్రములలో నొకటి యగుచున్నది. మందు వైద్యము వారి రోగనిర్ణయము ప్రకారము ఊహా శాస్త్రము కాదు.



విజయానికి మీ తోడ్పాటు

వేమూరి రామమూర్తి, బి. ఏ. బి. ఇడి.

వెనుకటి సంచికలోని పై శీర్షికగల వ్యాసమును చదివివుంటారు. దానిలోని విషయములను కొంచెము విపులముగా వ్రాయదలచినాను. ఈ వ్యాసములోని సంగతులు అనుభవైక వేద్యములుగాని, సులభ గ్రాహ్యములు గావు.

విజయమునకు తోడ్పడవలెనంటే మనమందరము యుద్ధముచేయలేము. యుద్ధములోచేరి ఆయుధము కేలుపట్టుట, ఓడలు నడుపుట, విమానములు నడుపుట మొదలగు వానికి క్రిమశిక్షణ పొందినవారు గలరు. కొందరు శిక్షణ పొందుచున్నారు. మరికొందరు పొందనున్నారు. మనము వెలుపలనుండియే నిర్మాణకార్యక్రిమమునందు పాల్గొని చేయూతనొసగవచ్చును. నూలువడుకుట, గుడ్డలు నేయుట, వడ్రింగము మొదలగు వృత్తులను ప్రోత్సహింపవలెను.

వెనుకటి యుద్ధములో మన విజయమునకు కారణము ఆహారము సమృద్ధిగా నుండుటయే. ఇదియే జర్మనుల పరాజయ కారణము. ఈ యుద్ధములో ఎదుటి పక్షమువారు తగుజాగ్రితను తీసికొని యున్నారు. మనము గూడ జాగ్రిత తీసికొనవలెను. బర్మానుండి మనకు బియ్యము దిగుమతి యగుచుండెడివి. ఇప్పుడు బర్మా పరాధీనమైయున్న కారణమున బియ్యపులోటు వచ్చును. దానిని మనము తగురీతిని సవరించుకొనవలెను.

ఆహారసమస్యయే యుద్ధములలో జయాపజయములకు మూలముగాన దాని పరిష్కారమునకు మార్గముల నన్వేషింపవలెను. యుద్ధ సమయములందు ఆహారపదార్థములు దిగుమతి యగుటకు సావకాశములు తక్కువ. అందువలననే ప్రిభుత్వమువారు "Grow more food" ప్రచారమును చేయుచున్నారు. పంటల నభివృద్ధి చేయుట కన్నివిధముల ప్రోత్సాహమొసంగుచున్నారు. ఎరువులను వేసి పంటల నెట్లభివృద్ధి చేయవలెనో బోధించుటయేగాక సహకారసంఘములద్వారా ఎరువులను తెప్పించి రైతుల కిప్పించుచున్నారు. బంజరీ భూములను సాగుచేయించుచున్నారు. ఈ విషయములో మనుష్యప్రియత్న మెంతచేసినను దైవసహాయము చాల అవసరము. పంటలు పండుట వర్ష పవనముల మీదను శీతోష్ణస్థితి మీదను ఆధారపడి వుంటుంది. గనుక ఆహార సమస్యాపరిష్కారానికి యితర మార్గములను గూడ అన్వేషించాలి.

ఇంకను, 'డిమాండును' తగ్గించుకొని పొందికగా బియ్యమును వాడుకొనుట నేర్చుకోవలెను. దానికొఱకు ప్రిభుత్వము వారు కొన్ని చోటులందు 'రేషనింగు' పద్ధతిని అమలుపరచుచున్నారు. కలవారు మితిమీరి భుజించకుండుట, లేనివారు ఆహారము లేక మాడి చనిపోకుండుట దీనియొక్క ఉద్దేశ్యము. దీనికి ప్రిజలయొక్క సహాయ సానుభూతులవసరము. లేనియెడల 'రేషనింగు' పద్ధతి క్రమముగా నడువదు. ఉద్దేశ్యమే భగ్నమగును. తగిన ప్రిచారమునుచేసి ప్రిజల కీ విషయములను నచ్చజెప్పిన యెడల బలవంతముగా 'రేషనింగు' పద్ధతి నమలుపరుప నక్కర లేదు.

ఆహారమున్నంతలో సరిపోవునట్లు చూచుకొవలెను. ఒక ఇంటిలో 5 గురు మనుష్యులున్నారనుకొందము. ఆ ఇంటిలో 4 గురు మనుష్యులకు 1 నెలకు సరిపోవు ఆహారము గలదు. అది 5 గురు మనుజులు తినినయెడల 24 రోజులు వచ్చును. మిగిలిన 6 రోజులు ఉపవాసము చేయవలెను. లేదా ప్రతివాడును తన ఆహారము 1/౫ వంతు తగ్గించి తినవలెను. అందువలన 5 గురికిని అసంతృప్తికరముగా నుండును. అందరును తృప్తికరముగా భుజించి ఆరోగ్యముగా నుండవలెనన్న తమ అలవాట్లను మార్చుకొనవలెను.

మరబియ్యమును మాని, ముడిబియ్యమును, తిరుగలిబియ్యమును తినవలెను. నాగరికత ప్రబలిన యీా రోజులలో తిరుగలి బియ్యపు అన్నము జొన్న కాయలవలె నుండును గదా? నమల గలమా? దవుడలు కొట్టుకొని పోవును గదాయని కొందరు ప్రశ్నించెదరు. డెల్టాలలో ఆనకట్టలు కట్టక మునుపు జొన్న అన్నము, తమిదసంకటి తిన్నవారు మనకంటె బలముగాను, ఆరోగ్యముగాను ఉండెడివారు. వారికి వైద్యులతోను, మందులతోను నిమిత్తము లేదు. ఇప్పుడు ముడిబియ్యము తినలేమని తెల్లని మరబియ్యమును కొని తినుచున్నారు. తిరుగలి బియ్యపు అన్నము అలవాటగువఱకు తినుటకు కొంత బాధకరముగా నున్నను, ప్రస్తుత పోరాటములో గెలుపొందవలెనన్న అంతకంటె శరణ్యములేదు. అన్నము వండుటలో గూడ గలదు. పచనముచేయుట నేర్చుకొని తిరుగలి బియ్యమును వండినయెడల తినుటకు బాగుగా నుండును.

మన దేశములో ఆహారపదార్థములు తక్కువగుటకు ప్రస్తుత నాగరికతయే కారణముగాని పంటలు పండకపోవుట గాదు. ముగ్గురు మనుజులకు సరిపోవు ముడిబియ్యము ఎన్ని వడ్లు దంచిన వచ్చునో, ఆ వడ్లు మరవేయించిన వచ్చు మరబియ్యము యిద్దరు మనుజులకు సరిపోవును. ఆ ధాన్యమును తిరుగళ్ళలో విసిరించిన ఇంకను ఎక్కువమందికి సరిపోవును. ఒక బస్తా వడ్లు మరవేయిస్తే 44 శేర్ల బియ్యము వచ్చును. దంపిన ముడిబియ్యము 52 శేర్లు వచ్చును. తిరుగలిలో విసరించిన 56 శేర్లు వచ్చును. అంతేగాక ఎంతమందికి ఆ బియ్యము సరిపోవునది, యీా దిగువ వివరింపబడినది.

2 శేర్ల మరబియ్యము 6 గురు మనుజులకు, ముడిబియ్యము 8 మందికి, తిరుగలి బియ్యము 9 మందికి సరిపోవును.

వడ్లు	100 శే	
మరబియ్యము	44 శే	132 మంది మనుజులకు సరిపోవును
ముడిబియ్యము	52 శే	208 మంది ,,
తిరుగలిబియ్యము	56 శే	252 మంది ,,

1 బస్తా వడ్లు మరవేయించిన ఎందరు మనుజులకాహారమగునో, అంతకు షుమారు రెట్టింపు మంది మనుజులకు సరిపోవు తిరుగలిబియ్యము విసరించిన వచ్చును. బియ్యము దిగుబాటులో వడ్లనుబట్టి, దంపుడును బట్టి, విసురునట్టి తిరగలిని బట్టి కొద్ది వ్యత్యాసము కాన్పించినను, మొత్తముమీాద యుద్ధానంతరము వరకు ఫ్యాక్టరీలు మూాయించి విసురుడు తిరుగళ్ళను నెలకొలిపే యెడల రెట్టింపుమందికి ఆహారము దొరుకును. ఆహార సమస్యాపరిష్కారమునకు తిరుగలిబియ్యమే శరణ్యము.

ఆహారపదార్థముల కన్నిటికి ధరలు విపరీతముగా పెరిగిపోయినవి. సామాన్యజనులకు, కూలిచేసుకొనువారికి చాల కష్టముగానున్నది. కలదుగదా యని బియ్యము మరవేయించుకొని తినినయెడల అనేకు లాహారము లేక మరణింతురు. 'సర్వేజనాఃసుఖినోభవంతు' అని వుండవలెనుగాని, 'తిన్ననా పొట్టకు శ్రీరామ రక్ష' యని తలచరాదు. మరబియ్యమును మానినయెడల 'శేషనింగు'తో నిమిత్త ముండదు. పనుల చేయించుకొనిగాని, ఉచితముగాగాని, పదుగురి కాహారము లభించునట్లు చూడవలెను. ఫ్యాక్టొరీలు మూయించి వడ్లు దంపించినను విసరించినను అనేకమంది కూలీల కాహారము దొరుకును. దీనికి ప్రభుత్వము వారి తోడ్పాటుగూడ అవసరము. తిరుగళ్లు చేయుటకు కొందరు కూలీలకు పని దొరుకును. వరిపంట అభివృద్ధి పొందక పూర్వము మెట్ట పైరులు వర్షాధారమున పండు చుండెడివి. వర్షాభావమున పైరులు పండక కరువులు సంప్రాప్తమగు చుండెడివి. ధాత కరువునకు రేగడి బురద, పెరుగు కలుపుకు తిని కడుపు మంట చల్లార్చుకొని రని వినుచున్నాము. యుద్ధానంతరము వరకు మన మందరము మర బియ్యము మాని ముడిబియ్యము తిన్న యెడల 100కి 50 మందికి ఎక్కువగా ఆహారము దొరకును. తిరుగలి బియ్యము వాడిన యెడల 100 కి 90 మందికి ఎక్కువగా ఆహారము వచ్చును. వడ్లువిసురుటకు కొయ్యతిరుగళ్లు, రాతితిరుగళ్లు వాడబడుచున్నవి. ఏ తిరుగలి వాడినను వాడవచ్చును. ప్రభుత్వము వారీ తిరుగళ్లను సహకారసంఘముల ద్వారా ప్రజల కంద జేసి, ఆవశ్యకతను బోధించి, వాడునట్లు చేయవలెను. ప్రజ లీ బియ్యమును వాడిన యెడల ప్రస్తుత పోరాటములో జయ మొందగలము.

తిరుగలి బియ్యము—పచనము జేయుట

బియ్యమును వండుటకు ముందొక గంటకాలము నీళ్లలో నాన బెట్టవలెను. 1 శేరు బియ్యము ఉడుకు పాత్రలో ¾ శేర్ల బియ్యము పోసి సావకాశముగా ఉడుకనిచ్చిన యెడల పాత్ర నిండా అన్నము వచ్చును. ఆ అన్నము మృదువుగాను తినుటకు రుచిగాను వుండును. నానబోయక వండినను, శేరు పాత్రకు శేరుబియ్యము పోసి వండినను అన్నము జొన్నకాయల వలె నుండును. పై నియమములను పూర్తిగా పాటించవలెను. తిరుగలి బియ్యము బలమును తృప్తిని, ఆరోగ్యమును గూడనిచ్చును. 'బి' విటమిను దీనియందెక్కువగా గలదు గాన, అది లోపించి నందువలన వచ్చెడి వ్యాధులన్నియు యీ బియ్యపు అన్నము తినిన నివారణ యగును.

ప్రకృతిచికిత్సాగ్రంథములు

	వెల ఇతరులకు	వెల చందాదార్లకు
దురభ్యాసఖండనములు		
జీవహింస	0 4 0	0 3 0
అనుభవానందము	0 12 0	0 8 0
మహారోగము	0 8 0	0 6 0
పొగచుట్ట — ముక్కు-పొడుం	0 4 0	0 3 0
పొగచుట్టవలని ప్రమాదములు	0 0 6	0 0 6
కల్లుముంత — సారాపపా	0 4 0	0 3 0
ఔషధవైద్య మొకయూహాశాస్త్రము	0 4 0	0 2 0
టీకాలు వేయరాదు, యెందుకు?	0 2 0	0 2 0
టీకాలననేమి? డాక్టర్లఅభిప్రాయము	0 2 0	0 2 0
టీకాల ఖండన	0 1 0	0 1 0
పొగాకు ప్రమాదములు	0 0 3	0 0 3
ఆరోగ్యవిషయకగ్రంథములు		
స్వాభావిక చికిత్సానియమములు	0 5 0	0 4 0
ఆరోగ్యాదర్శము	0 8 0	0 7 0
ప్రకృతిచికిత్సాఉపన్యాసములు 2 భాగములు, ఒక్కొక్కటి	0 5 0	0 4 0
బాలక్రీడలు	0 3 0	0 3 0
శిశుమాతల కొక సందేశము	0 4 0	0 3 0
ఆరోగ్యము — కామేచ్ఛ	0 3 0	0 2 0
దీర్ఘాయువు	0 0 6	0 0 6
సుఖప్రసవము	0 0 6	0 0 6
*ఆరోగ్యతత్త్వము	1 0 0	0 12 0
వివిధచికిత్సాగ్రంథములు		
పురుటాలు	0 0 6	0 0 6
*ప్రకృతి ఆరోగ్య వైద్యము	1 4 0	1 4 0
*ప్రకృతి గృహవైద్యం	2 8 0	2 0 0
దీర్ఘరోగచికిత్సాసారము	1 8 0	1 8 0
ప్రకృతి చికిత్సార్ణవము		
1. భాగము	1 8 0	1 0 0
2. భాగము	1 4 0	0 15 0
3. భాగము	1 8 0	1 0 0
4. భాగము	0 6 0	0 4 0
5. భాగము	0 6 0	0 4 0
6. భాగము	0 6 0	0 4 0
7. భాగము	0 6 0	0 4 0
ఉపవాస-చికిత్స	1 0 0	0 12 0
జస్టు-చికిత్స	0 10 0	0 8 0
ధ్యానచికిత్స	0 8 0	0 6 0
జంబీర-చికిత్స	0 3 0	0 2 0

	వెల ఇతరులకు	వెల చందాదార్లకు
మోటా చికిత్స	0 6 0	0 4 0
సంగ్రహణ చికిత్స	0 6 0	0 4 0
శ్వాసప్రశ్వాస-చికిత్స	0 5 0	0 3 0
వైదిక చికిత్సాపద్ధతి	0 5 0	0 3 0
జాగరణ చికిత్స	0 1 0	0 1 0
నిష్పత్త్ర శరీర పరిశోధన	0 4 0	0 4 0
వైద్యవిప్లవము	0 8 0	0 8 0
త్రిదోషములు	0 6 0	0 4 0
దీర్ఘాయువు	0 0 6	0 0 6
పృథ్వీ చికిత్స	0 2 6	0 1 6
వివిధార్థసాగరము	0 2 6	0 1 6
వివిధవ్యాధులకు చికిత్సాగ్రంథములు		
క్షయ	0 12 0	0 8 0
శుక్లనష్టము	0 12 0	0 8 0
చలిజ్వరము	0 4 0	0 4 0
హిస్టీరియా (మూర్ఛ)	0 4 0	0 4 0
బాలింతరోగము	0 4 0	0 4 0
మధుమేహము	0 4 0	0 4 0
మలబద్ధకము	0 4 0	0 4 0
వేదాంతము, ఇతరములు		
మహారోగాసనము	0 12 0	0 8 0
నిర్వ్యచారజీవనము	0 12 0	0 8 0
యుక్తిప్రకాశము	0 8 0	0 5 0
రామతీర్థస్వామివేదాంతోపన్యాసములు		
1. భాగము	0 8 0	0 5 0
2. భాగము	0 8 0	0 5 0
భగవద్గీతాసారము	0 6 0	0 4 0
ముకుందమాల	0 1 0	0 1 0

ప్రకృతి వెనుకటి సంపుటములు

ప్రకృతి 4,5,6,7,11 సంపుటములు
ఒక్కొక్కటి — ఇతరులకు 1 8 0
చందాదారులకు 1 2 0

ప్రకృతి 12,13,14,15 సంపుటములు
ఒక్కొక్కటి — ఇతరులకు 3 0 0
చందాదారులకు 2 8 0

ప్రకృతి 16వ సంపుటము — ఇతరులకు 1 4 0
చందాదారులకు 1 0 0

17,18,19,20,21,22,23 సంపుటములు ఇతరులకు 3 0 0
చందాదారులకు 2 8 0

చిరునామా: ప్రకృతికార్యాలయటప్రిస్టు, బెజవాడ.

 Reg. No. M 1424

ప్రకృతి

సచిత్ర సహజ వైద్య మాసపత్రిక.

ఈ ప్రస్తుత నాగరిక ప్రపంచములో మానవుడు ప్రకృతి నియమములను అనుసరింపక తాత్కాలిక కామ్య సుఖముల కాసపడి వెనువెంటనే దుఃఖము ననుభవించుచున్నాడు. మానవుడు ఈ ప్రకారముగ అనుభవించుచున్న శారీరక, మానసిక వ్యాధిబాధలనుండి తప్పించుకొను సాధన లేవో ఈ పత్రిక వివరించును.

మందులు, ఇంజక్షనులు అవసరము లేకుండా అతిమూత్రము, క్షయ, కుష్ఠు, రాచపుండు మొదలగు అసాధ్య వ్యాధులనుకూడ గాలి, సూర్యకిరణములు, జలము, ఉపవాసము, ఫలాహారము, అధఃశయనము, బ్రహ్మచర్యము, మట్టి, వ్యాయామము, మర్దన మొదలగువానివలన నిర్మూలించు సులభమగు విధానములను తెలుపును. సం॥ర చందా రు 3-0-0లు మాత్రమే.

750 పుటలు. **సునిశిత వైద్యము** 100 చిత్ర పటములు

డాక్టరు ఇ. డి. బ్యాబిట్, M.D., L.L.D., గారిచే ఆంగ్లభాషలో వ్రాయబడిన

సుప్రసిద్ధ వైద్యగ్రంథమునకు

డా॥ పుచ్చా వెంకట్రామయ్య, N. D., D. M. గారి భాషాంతరీకరణము.

సునిశితములగు సూర్యకిరణచికిత్స, వర్ణచికిత్స, యోగనిద్రాచికిత్స మొదలగు విషయము లిందు విపులముగా వివరింపబడినవి. గ్రహింప సాధ్యము కానివిగా వదలివేయబడిన సృష్టిరహస్యము లనేకములు శాస్త్రీయముగా వివరింపబడినవి.

నిండు కాలికోబైండు 1కి వెల 4-8-0. ప్రకృతి పత్రిక చందాదారులకు 3-8-0

పోస్టేజి ప్రత్యేకము. గ్రంథవిషయసూచిక కోరినవారికి పంపబడును.

ఆరోగ్యతత్త్వము

డాక్టరు పువ్వాడ పేర్రాజుగారిచే రచింపబడినది

వెల రు 1-0-0. ప్రకృతి చందాదారులకు రు 0-12-0.

ఆహారమునుగూర్చిన సమస్యల నన్నింటినిగూర్చి - రోగములయొక్క చికిత్స లన్నింటినిగూర్చి ఇది సమగ్రమైన గ్రంథము. ఏమి తినవలెనను సందేహముగలిగినగాని, ఏ వ్యాధిని ఎటుల కుదుర్చుకొనవలెనను ప్రశ్నకుగాని ఈ గ్రంథము సందేహములేకుండ సమాధానము చెప్పును.

ప్రకృతికార్యాలయ ట్రస్టు, బెజవాడ.

క్రొత్త కూర్పు.
34 అధ్యాయములు, 400 పుటలు. **తొట్టి వైద్యము** సచిత్రము 70 పటములు

అనేక నూతన చిత్రపటము లిందు జేర్పబడి నూతన ఫక్కిని ముద్రింపబడినది. కూనే మహర్షి గారి అభినవ వైద్యశాస్త్రము, ముఖవైఖరీవిద్య, రోగారోగ్యవివేకము, శిశుపోషణము అను గ్రంథములలోని ముఖ్యవిషయములు తేటతెల్లముగ వివరింపబడినవి. ప్రశ్నోత్తరములు జేర్పబడినవి.

అసలు వెల రు 3-0-0. ప్రకృతి చందాదారులకు, వెల రు 2-8-0.

వివరములకు:—మేనేజరు, ప్రకృతికార్యాలయ ట్రస్టు, బెజవాడ.

Printed by Mr. I. V. Ratnam, M. Sc., at the Andhra Grandhalaya Press, and Edited& Published
By Dr. P. VENKATRAMAYYA, PRAKRITI OFFICE, BEZWADA